

KEMI-TORNION AMMATTIKORKEAKOULU

Matkalla minuuteen

– terapeuttisen valokuvauksen käyttö nuorten taidetyöpajalla

Anna-Maria Kiiskinen

Sosiaalialan koulutusohjelman opinnäytetyö
Yhteisö- ja perusturvatyö

Sosionomi(AMK)

KEMI 2010

Tekijä(t): Anna-Maria Kiiskinen

Työn nimi: Matkalla minuuteen – terapeuttisen valokuvauksen käyttö nuorten taidetyöpajalla

Sivuja (+liitteitä): 49 (+6)

Opinnäytetyön kuvaus: Matkalla minuuteen on sukellus terapeuttisen valokuvauksen menetelmän käyttöön nuorten taidetyöpajalla.

Projektin toteutumispaikaksi valikoitui nuorten taidetyöpaja Veeran verstaas Oulussa, jossa olin harjoittelemassa alkuvuonna 2010. Pajajaksolla nuoret etsivät omia voimavarojaan itsekseen ja yhdessä muitten toimijoiden kanssa, mikä synnytti idean projektin sisältöön ja nimeen, joksi valikoitui voimakuva. Käsitteenä sana voima on monitulkinnallinen ja jokainen osallistuja sai omalla kohdallaan vapauden miettiä, mitä se merkitsee juuri itselle. Kuvat avaavat nuorille mahdollisuuden tutkia omaa sisintä ja vaalia löytöjään elämän aarteina.

Teoreettinen ja käsitteellinen esittely: Työlle antaa viitekehyksen sosiaalipedagoginen ajattelu yksilön subjektiivisuuden vahvistamisesta. Liittämällä terapeuttisen valokuvan menetelmän sosiaalipedagogiikan yhteyteen syntyy mielestäni toimiva yhdistelmä, jolla pyrin herättämään osallistujissa tunteita, jotka käynnistäisivät itsetutkiskeluprosessin. Tärkeä osa työtä oli saada nuori tuntemaan itsensä näkyväksi, kuulluksi ja hyväksytyksi. Kuvaustilanne sisälsi valta-asetelmien riisumisen eli kuvattava sai päättää itse, miten haluaa tulla nähdyksi.

Metodologinen esittely: Tutkimukseni on laadullinen ja lähestymistapanani toimii toimintatutkimus, jossa tutkijana olen itse osa projektia. Tutkimuksessa keräsin tietoa sosiaalipedagogiikan menetelmistä, valokuvan terapeuttisuudesta ja sen soveltamismahdollisuuksista. Tutkimuskysymykseni oli selvittää, miten voin käyttää valokuvaa voimaantumisen välineenä nuorten taidetyöpajalla. Työskentelyyn sisältyi neljä vaihetta: tutustuminen, alkutilanne, prosessi ja näyttely. Havainnoin nuoria prosessin aikana ja jaoimme valmiit valokuvat ryhmässä yhdessä keskustellen, lopuksi vielä kirjoittaen tunteita paperille.

Keskeiset tutkimustulokset: Nuorten voimaantumista ja itsetuntemuksen kehittymistä projektin aikana oli vaikea mitata millään mittarilla, koska kokemukset olivat jokaisen kohdalla niin henkilökohtaisia ja ainutlaatuisia. Moni nuori viittasi puheessaan, kirjoittamisessaan teksteissä kokeneensa projektin voimauttavana, oivaltavana ja opettaneen lempeyttä itseä kohtaan. Osallistujat kokivat kuvien ilmentävän omaa voimaansa ja valokuvien olevan hyvä keino lisäämään itsetuntemusta.

Johtopäätökset: Opinnäytetyöni antaa rohkaisevia tuloksia terapeuttisen valokuvan menetelmän soveltuvuudesta sosionomin työvälineenä nuorten taidetyöpajalla. Sosionomin ammattitaito, sosiaalipedagoginen ajattelu ja erikoistuminen valokuvaukseen mahdollistavat menetelmän terapeuttisen käytön. Tärkeintä on muistaa, että voimaantumista ei voi kokea ilman kuulluksi ja nähdyksi tulemisen kokemusta.

Asiasanat: nähdyksi tuleminen, sosiaalipedagogiikka, terapeuttinen valokuvaus, voimaantuminen

Author(s): Anna-Maria Kiiskinen

Title: Travelling into myself –how to use therapeutic photography in the youth art-workshop.

Pages (+appendixes): 49 (+6)

Thesis description: Travelling into one self is exploring, how to use the therapeutic photography method as a tool in youth art-workshop.

I put the plan into practice at Veeras art-workshop in Oulu, where I was doing my practical training in early 2010. During the workshop period the youth are searching their inner resources by themselves and with the others. That did give me an idea to the project name and what would the process keep inside. The Project was named the empowerment-pictures, because the word empowerment is complex and gives everybody space of thinking: what it means in my life? Pictures can open inner gates and the youths can go inside to themselves and find treasures of life.

Theoretical summary: In my thesis the social pedagogical thinking of empowering the individual's subjectivity gives a frame of reference. To connect the therapeutic photography method to as a part of social pedagogical thinking gives me a tool, which I use to wake up the youth's feelings to start a self-examination process. An important part of this project was the make to youth to feel her- or him self to be visible and approved as person she/he is. Photographing situation included taking off power structure, which mean that the person who I was photographing have a real power to decide how she/he was wanted to be seen.

Methodological summary: I used qualitative research and action research as a research method, where I myself part of project. In my thesis I collected theory of social pedagogical methods, the therapeutic photography and which possibilities photographing keeps inside. My research question is to find out how to use photographing as an empowering tool in youth art-workshop. I had four working stages: getting to know the situation, starting the process (what the project keeps inside), the process (including group reflection) and exhibition. I was observing the youth's trough process and at the end we shared pictures together inside group and after that the youth write their feelings on paper.

Main results: It was hard to measure the youth's empowering and self-esteem developing trough the process, because the participant's experiences were so personal and unique. Many youngsters said or write to me afterwards; that they felt empowerment and the project has taught them to be gentler to themselves. The participant's experienced that pictures show theirs straight and photographing is good way to improve self-esteem.

Conclusions: My thesis gives inspiring results of using therapeutic photographing as a tool in youth art-workshop. Social pedagogical thinking and the bachelor of social services professional skills, specializing in photographing make possible therapeutically use of method. Most important thing is to remember, that without a feeling to being visible and herd you cannot feel empowerment.

Key words: being visible, empowerment, social pedagogy, therapeutic photography

SISÄLLYSLUETTELO

TIIVISTELMÄ ABSTRACT

1. JOHDANTO	1
2. TUTKIMUSPROSESSI.....	3
2.1 Nuorten taidetyöpaja Veeran verstaas	4
2.2 Tutkimuskysymys- ja menetelmä	5
2.3 Aineiston keräämisen menetelmät, analyysi ja luotettavuus.....	6
3. SOSIAALIPEDAGOGINEN VIITEKEHYS TOIMINNALLE	8
3.1 Saksalainen traditio nuorisotyössä	10
3.2 Sosiaalipedagogiset työmuodot.....	12
3.3 Dialogisuus sosiaalipedagogisessa työssä.....	13
4. KUVAN PARANTAVA VOIMA	16
4.1 Valokuvaterapia	18
4.2 Terapeuttisen valokuvauksen vaikutus ja menetelmät.....	19
4.3 Voimaannuttavan valokuvauksen menetelmä.....	21
4.4 Nähdä ja kuulla tuleminen.....	23
5. PROSESSIN KUVAUS	26
5.1 Prosessin kuvaus	27
5.2 Kuvaustilanne.....	29
5.3 Voimakuvien katselu.....	33
5.4 Näyttely	36
6. JOHTOPÄÄTÖKSET	41
6.1 Menetelmän soveltaminen	42
6.2 Tulokset.....	43
6.3 Pohdinta	45
LÄHTEET	47
LIITTEET	50
Liite 1. Projektin esittely	50
Liite 2. Projektin esittely	51
Liite 3. Kuvausten suunnittelu	52
Liite 4. Pohdinta tehtävä	53
Liite 5. Projektin esittely näyttelyssä	54
Liite 6. Oma voimakuva.....	55

1. JOHDANTO

On olemassa sanonta, että kuva kertoo enemmän kuin tuhat sanaa. Kuva rikastuttaa aisteja; nähdessäni ilmeen, kehon asennon, tunnelman, värien sävyt ja ihmisen haurauden. Valokuva ilmaisee kätkeytyjä tunteita, tekee haavoittuvaksi ja paljaaksi, mutta antaa samalla uuden perspektiivin tarkkailla itseä. Maailmamme on täynnä kuvia siitä, millaiselta tulisi näyttää ollakseen hyväksytty. Kuvat sisältävät on vahvan viestin, jota on vaikea ohittaa. Aikamme palvoo nuoruutta, terveyttä, kehoa, tehokkuutta, kilpailemista, elämänhallintaa ja jatkuvaa itsensä kehittämistä. Kuva on vääristynyt ajassamme ja luonut kohtuuttomia paineita, muuttanut minä ja kehokuvaamme vääristyneeseen suuntaan. Kuinka usein tavoittelemmekaan harhaa, vaikka avain olisi itsemme hyväksymisessä, sillä juuri erilaisuus ja vikamme tekevät meistä kauniita ja todellisia.

Joskus voi olla vaikea pysähtyä ajan keskellä, kohdata, jäädä miettimään: kuka minä olen? On helpompi heittäytyä virtaan ja kadottaa itsensä harhakuvien keskelle. Kuitenkaan harva meistä vastaa täysin ihanteita, joita meille syötetään ja haluammeko todellisuudessa vastatakkaan. Valokuvat voisivat tässä toimia apuna itsetuntemuksen kehittämisenä ja siten vaikuttaa positiivisesti minäkuvaan tuomalla uusia näkökulmia, kykyä katsoa itseään armollisemmin. Me peilaamme itseämme muitten kautta, maailma on peilimme. Entä jos voisimme kääntää tuon peilin itseä kohti ja katsoa kuvaamme silmiin?

Olen ollut kiinnostunut opintojen alkutaipaleelta lähtien vaihtoehtoisista luovista menetelmistä ja minulle oli selvää, että tulisin käyttämään valokuvaa/valokuvausta jollaintapaa osana opinnäytetyötäni, sillä haluan hyödyntää aiemmasta media-assistentti koulutuksesta saamiani taitoja sekä tärkeää harrastustani valokuvausta.

Minua on pitkään kiehtonut ajatus valokuvan eheyttävästä voimasta ja miten valokuvaa voisi käyttää itsetutkiskelun apuvälineenä. Voisiko sanat pukea kuviksi ja sitä kautta saada ne todellisiksi, näkyviksi? Pidän valokuvausta luontevana keinona ilmaista itseä, sillä mediat vaikuttavat melkein kaikkialla ja ihmiset elävät jatkuvassa kuva- ja äänivilinä. Kuva on siis tuttu elementti monelle nuorelle ja vanhemmallekin ja yhä useammat jakavat kuviaan internetin kautta. Kuvillamme haluamme viestittää asioita, kuten

kuka minä olen ja miten minä hahmotan maailmaani. Niissä on vahva viesti siitä, miten haluaa tulla nähdyksi.

Viitekehystenä opinnäytetyössäni on sosiaalipedagoginen ajattelu ja ihmiskäsitys, näkemys hyvästä elämästä. Olen sisäistänyt sosiaalipedagogisen ajattelun vahvasti osaksi elämäni, ammatillisuutta ja tämä sai vahvistusta opiskellessani tanskassa sosiaalipedagogiikkaa ja nähdessäni siellä, miten se konkreettisesti näkyi työskentelyssä kentällä. Tanskalainen harjoitteluohjaajani korosti minulle, että ohjaajan tärkein tehtävä on tehdä itsensä työttömäksi voimauttamalla asiakkaat toimimaan itsenäisesti askel askeleelta ja olla ennen kaikkea rinnalla kulkija ihmisen tärkeimmällä matkalla eli itseksi tulemisessa.

Toista tärkeää roolia työssäni näyttelee terapeutin valokuvauksen menetelmä, joka mielestäni täydentää sosiaalipedagogista ajattelua. Vuorovaikutuksessani nuoriin se näkyi dialogisuutena, toisen kunnioittamisena, antamalla nähdyksi ja kuulluksi tulemisen kokemuksen. Ydin oli olla ihminen ihmiselle ja riisua valta-asetelmat, kunnioittaa nuoren omaa asiantuntijuutta elämästään.

Toteutin projektin nuorten kanssa kahden kuukauden sisällä, johon sisältyi kuukauden tutustuminen ryhmään. Kuvien teemaksi valikoitui voima omassa itsessä. Otetut kuvat päätyivät harjoittelu ohjaajani Eeva Kejosen ja nuorten toiveesta taidetyöpaja Veeran verstaan juhlatiukkojen näyttelyyn. Näyttely pidettiin 8-12.3.2010 Oulussa kirkkokatu 11:sta sijaitsevilla tiloilla.

2. TUTKIMUSPROSESSI

Itsetuntemus ja itsensä tutkiminen ovat olleet minulle pitkään läheisiä aiheita ja olen henkilökohtaisesti käyttänyt valokuvausta apuna tunteitteni käsittelyssä ja ilmaisemaan itseäni. Kuvan avulla tavoitan sinne, mihin sanat eivät yllä. Minulla on haave siitä, että voisin tulevaisuudessa käyttää luovia menetelmiä – etenkin valokuvausta työvälineenä sosiaalialalla.

Terapeuttinen valokuvaus on ollut myös viimeaikoina pinnalla eri medioissa ja on siksi-kin ajankohtainen. Suomessa sitä ovat tuoneet näkyväksi sosiaali- ja taidekasvattaja Miina Savolainen, joka on kehittänyt sosiaalipedagogiikkaan pohjautuvan voimauttavan valokuvauksen menetelmän. Psykologista näkökulmaa edustavat taas enemmän Lauri Mannermaa, joka on toiminut valokuvaterapian pioneerinä ja psykoterapeutti, kouluttaja Ulla Halkola, joka on ollut kehittämässä valokuvaterapian opetusta sekä ollut perustamassa valokuvaterapiayhdistys ry:tä.

Muita ulkomaisia valokuvaterapian metodin kehittäjiä ovat David Krauss USA:sta, Judy Weiser ja Joel Walker Kanadasta, Rosy Martin Englannista. Pitkäaikaista valokuvaterapian osaamista edustavat mm. Mark Wheeler Englannista, Carmine Parrella Italiasta ja Brigitte Anor Israelista. Valokuvaterapian menetelmiä on kehitetty useampien vuosikymmenten ajan lähinnä Amerikassa, Kanadassa ja Englannissa. Valokuvaterapiaa on sovellettu ja yhdistetty useimpiin psykoterapian ja terapeuttisen työn suuntauksiin ja menetelmät sopivat käytettäväksi myös sosiaali-, terveys- ja opetusalan työssä. Edellä kirjoitettuun tulen palaamaan edempänä tekstissä. (Valokuvan parantava voima 2008.)

Työssäni haluan nimenomaan tutkia terapeuttista valokuvaa ja miten voin valokuvan, valokuvauksen kautta antaa apuvälineitä minäkuvan tutkimiseen, itsetuntemuksen kehittämiseen. Työssäni valokuvien on tarkoitus toimia terapeuttisena, voimaa tuovana elementtinä, jonka kautta voi tarkastella itseään ja oivaltaa uutta.

2.1 Nuorten taidetyöpaja Veeran verstaas

Nuorten työpajatoiminnalla tarkoitetaan toimintamuotoa, joka sijoittuu työelämän sekä perus- ja jatkokoulutuksen välille. Toiminnan tarkoituksena on edistää nuorten työssä oppimista, ammatillisia valmiuksia ja tukea nuorten ammatinvalintaprosessia. (Nuorten työpajatoiminta 2010.) Nuorisolain (72/2006) 7 § määrittelee nuorten työpajapalvelut kunnan nuorisotyöhön ja – politiikkaan kuuluvaksi tarvittaessa. *Työpajatoiminnassa tulee ottaa huomioon kaikki ne säädökset, jotka koskevat toiminnan eri sisältöjä (esim. julkisia hankintoja (laki 348/2007), lastensuojelua (683/1983, 417/2007), henkilötietoja (523/1999) jne.).* (Työpajatieto 2010.)

Opinnäytetyöni toteutuspaikaksi valikoitui nuorten taidetyöpaja Veeran verstaas, joka oli tuttu paikka ystäväni kautta. Minua kiehtoi ennestään verstaan luova ilmapiiri, joka suorastaan kannusti itsensä toteuttamiseen. Yllätyin iloisesti saadessani harjoittelupaikan verstaalle ja siellä avautui mahdollisuus toteuttaa opinnäytetyöni toiminnallinen osio, johon olin kysynyt luvan ennen harjoittelun alkamista ohjaajaltani Eeva Kejoselta.

Nuorten taidetyöpaja Veeran verstaas syntyi 2000-luvun vaihteessa Oulun lääninhallitukselta tulleesta pyynnöstä, tarpeesta perustaa tyttöjen oma työpaja. Nytemmin pajajaksolle otetaan myös poikia, mutta suuri enemmistö on edelleen tyttöjä. Työpaja on luonteeltaan yksityinen, järjestöpohjainen ja on suunnattu 17–28-vuotialle nuorille, joita yhdistää kiinnostus taiteisiin. Verstaan nuoret ovat pääsääntöisesti koulunsa keskeyttäneitä tai ilman opiskelu- tai työpaikkaa jääneitä. Internet sivuston määritelmä on lempeä ja kertoo verstaan luonteesta: *verstaalla nuorilla on paikka, jossa voi tulla omaksi itsekseen yhdessä pajan muiden toimijoiden kanssa.* (Veeran verstaas 2010.) Verstaalle hakeudutaan työ- ja elinkeinotoimiston kautta, joka päättää verstaajaksolle osallistuvat ja rahoitus on työvoimapolitiittista.

Verstaan idean äiti ja perustaja Eeva Kejonen on taideopettajien kanssa luonut verstaalle käsissä käsittämisen pedagogiikan, joka tukee minän tuntemista. *Käsillä tekeminen eli käsillä käsittäminen auttaa pääsemään mielentilaan, jossa oivallus ja oppimiskyky kehittyvät sekä molempien aivopuoliskojen yhteistyö paranee. Kädentaidot eivät ole vain käsityötä eikä verstaas kouluta käsityöyrittäjiä. Nuoren tekemä tuotos on hänen itsensä tai hänen tavoitteensa vertauskuva. Kuva itsestä, läheisistä, ympäröivästä luonnosta ja yhteiskunnasta tulee todelliseksi.* (Veeran verstaas 2010.)

2.2 Tutkimuskysymys- ja menetelmä

Miten voin käyttää terapeutista valokuvaa voimaantumisen välineenä nuorten taidetyöpajalla?

Tutkimuskysymykseni jaoin neljään alaosaan:

1. miten sosiaalipedagogiikkaa voi soveltaa terapeutisessa valokuvauksessa?
2. mikä tekee valokuvasta terapeuttisen?
3. miten menetelmää sovelletaan nuorten kanssa?
4. mitä resursseja terapeutin kuva tekijöiltään vaatii?

Tutkimuskysymyksen tavoite on selvittää, miten terapeutin valokuvan menetelmää voi käyttää taidetyöpaja nuorten kanssa. Menetelmän soveltaminen tarkoittaa sitä, kuinka terapeutista valokuvaa on mahdollista muokata vastaamaan nuorten taidetyöpajalaisten tarpeita. Tutkimuskysymyksen viimeisenä osana on havainnoida, mitä terapeutin valokuvan käyttö käyttäjiltään vaatii.

Opinnäytetyöni on toiminnallinen ja tätä kuvaa käytäntöön suuntautuminen, tutkittavien ja tutkijan osallistuminen. Tutkimus on oppimisprosessi minulle ja sukellus työmenetelmään, jonka toimivuutta kokeilen. Uskon, että parhaimmat kokemukset ja tulokset työni kannalta saa, kun hyppää itse kentälle ja kokeilee rohkeasti uutta, sillä todellisesta elämästä ja kokeilujen kautta kumpuavat aidoimmat vastaukset.

Tutkimukseni on laadullinen ja menetelmänä toimii toimintatutkimus, jota voi kuvata todellisessa elämässä tehtäväksi pienimuotoiseksi interventioksi, jonka vaikutuksia havainnoin ja tutkin. Toimintatutkimusta voi määritellä tilanteeseen sidotuksi, yhteistyötä vaativaksi, osallistavaksi ja itseään tarkkailevaksi. Toiminnan etenemistä voi kuvata työssäni suunnittelun, toiminnan, havainnoinnin, reflektoinnin spiraalina. (Metsämuuronen 2006, 102, 103.) Toimintatutkimuksen avulla yritän ratkaista valitsemani menetelmän toimivuutta kentällä ja sitä kautta löytämään uusia sosiaalisia käytäntöjä, jotka antaisivat nuorille apuvälineitä tarkastella itseään.

Toimintatutkimus on kaksinaisluonteinen: *Sen tarkoituksena on tuoda esille uutta tietoa toiminnasta, mutta samalla myös kehittää sitä.* Toimintatutkimus saa sisältönsä sen hetkistä tutkittavilta ja täten toimintatutkimusta ei voi esittää yhtenä selkeänä metodina

vaan se perustuu tutkittavien ja tutkijan subjektiivisiin kokemuksiin. Keskeiseksi piirteeksi voidaan kuitenkin nimittää pyrkimystä refleksiiviseen ajatteluun ja sitä kautta toiminnan parantamiseen. Toimintatutkimus on lähellä käytäntöä ja tutkija itse ei pyri jäämään ryhmässä ulkopuolisen tarkkailijan rooliin vaan osallistumaan toimintaan. Tutkijan rooliin kuuluu olennaisena toiminnan aktivointi ja kehittäminen. (Heikkinen & Jyrkämä 1999, 32, 33, 36, 40.)

Toimintatutkimus sopii sosiaalipedagogiseen lähestymistapaan, koska se kantaa mukanaan toivon sanomaa. Olennaisinta tutkimuksessa on jokaisen ihmisen kunnioittaminen arvokkaana persoonana ja se sisältää uskon jokaisen kykyyn parantaa omaa tilannetta. Toimintatutkimus antaa hyvän mahdollisuuden teorian ymmärtämiseen käytännössä ja on myös tutkijalle itselleen kasvattava kokemus, joka antaa uutta kasvatuksellista tietoisuutta. (Hämäläinen & Kurki 1997, 46.)

Sana yhteistyö luonnehtii hyvin toimintatutkimusta, sillä toteutuakseen se tarvitsee toisen osapuolen, joka osaltaan toteuttaa tutkimusta. *Tutkimusta tekevät kaikki siihen osallistuvat.* Tutkijan on hyvä miettiä omia arvojaan, sillä ne heijastuvat tutkimukseen ja ovat olennainen osa prosessia. Tutkimukseen sitoutuminen edellyttää moraalista ja eettistä työtapaa, joka sisältää yhteistyötä sosiaalisen todellisuuden parantamiseen. Toimintatutkimuksessa voi käyttää monenlaisia metodeja eikä sen määrittely ole helppoa. Ajattelumalli ja työmenetelmä painottuvat tutkimuksessa tekniikkaa enemmän. Kvalitatiiviset menetelmät katsotaan sopivimmiksi toimintatutkimuksen tekemisessä. (Hämäläinen & Kurki 1997, 46.)

2.3 Aineiston keräämisen menetelmät, analyysi ja luotettavuus

Opinnäytetyöni toiminnallisessa osiossa sovelsin terapeutin valokuvan menetelmiä, johon kuului olennaisena osana sosiaalipedagoginen ajattelu. Kirjallisuudesta hyödynsin alan ajankohtaisia teoksia, jotka kiinnostivat minua ja pyrin löytämään niistä omaa ajattelua tukevia elementtejä mm. valitsemalla sosiaalipedagogiikasta tiettyjä pääsuuntia ja nostamalla esiin alan suomalaisia vaikuttajia. Valokuvan terapeutisuudesta poimin myös niitä vaikuttajia, joita nimenomaan hyödynsin omassa ajattelussani. Katsoin hyväksi mainita toisessa kappaleessa, ketkä ovat valokuvaterapian tunnettuja pioneereja jos jollakin lukijalla heräisi halu hankkia lisätietoa. Aineiston kerääminen perustui li-

säksi omiin havainnoiteihini prosessin yhteydessä sekä nuorien kanssa käymiini keskusteluihin ja kirjalliseen tehtävään projektin loppupuolella. Mielestäni kirjallinen tehtävä vahvisti tutkimuksen luotettavuutta ja tuki nuorien reflektointia, sillä kirjoittaessa joutuu kokemaansa pohtimaan vielä syvemmin. Keskustelin myös ennen ja jälkeenpäin prosessin taidetyöpajan valokuvauksen opettajan, freelancer-valokuvaaja Kirsti Laurinollin kanssa hänen kokemuksistaan terapeutin valokuvauksen saralta. Keskustelut tukivat myöhemmin myös omia havaintojani.

Aineistoa lähdin analysoimaan keräämäni teorian pohjalta, jonka valossa tarkkailun kuvausprosessin ja työskentelyn tapahtumia. Laadullisessa tutkimuksessa on tutkija itse tutkimuksen keskeisin työväline ja joutuu jatkuvasti pohtimaan ja perustelemaan ratkaisuaan. Pääasiallinen luotettavuuden kriteeri on tutkija itse ja hän joutuu arvioimaan koko tutkimusprosessia.

Tutkimuksessa olin itse osallistuvana osapuolena koko prosessin ajan ja mietin, miten se on vaikuttanut nuorten käyttäytymiseen ja vastauksiin keskusteluissa. Voihan olla, että esimerkiksi joku nuorista ei ole halunnut tuottaa pettymystä ja on siksi voinut jättää sanomatta jotain tärkeää. Pohtimisen arvoinen asia projektissa on myös se, miten ohjaajan näkökulma itsetuntemusta vahvistavasta kokemuksesta on vaikuttanut nuorten ajatuksiin ja mielipiteisiin siitä, kokivatko he aidosti voimaantumista? Yritin kuitenkin korostaa projektin aikana rehellisyyttä ja sitä, että totuudenmukainen palaute on ensiarvoisen tärkeää, koska sen kautta pystyn kehittämään itseäni ohjaajana ja tiedostamaan menetelmän toimivuuden käytännössä. Uskon, että nuoret olivat kuitenkin rehellisiä sanomisissaan ja tekemisissään.

3. SOSIAALIPEDAGOGINEN VIITEKEHYS TOIMINNALLE

Työni punainen lanka on sosiaalipedagoginen näkemys, joka antaa sielun koko työlle. Siispä matka alkaa tutkimalla sosiaalipedagogiikan ydintä ja sävyjä, jota se piirtää työn ympärille.

Sosiaalipedagogiikalla voidaan tarkoittaa työ-, koulutus- ja oppijärjestelmää, tutkimus-alaa. Sosiaalipedagogiikka on myös toimintaperinne ja ajattelutapa. (Launonen & Puolimatka 1999, 48.) Nimensä mukaan sosiaalipedagogiikka yhdistää pedagogisen ja sosiaalisen. Sosiaalipedagogiikan ensimmäisenä tehtävänä voidaan pitää sosiaalista kasvatusta, joka pitää sisällään yhteiskuntaan ja toisten ihmisten kanssa yhteiselämään kasvamisen. Toisena tehtävänä voidaan pitää syrjäytyneinä elävien ihmisten tukeminen heidän arkielämässään niin, että he pystyisivät kehittämään omaa, yhteisönsä elämää täydemmäksi ja inhimillisemmäksi. (Kurki 2000, 30 -31.)

Termi sosiaalipedagogiikka otettiin käyttöön 1840-luvulla, mutta sen juuret ylettyvät syvälle länsimaisen kulttuurin ihmiskäsitykseen. Sosiaalipedagoginen ihmiskäsitys on kokonaisvaltainen ja ihmisiä voidaan tarkastella ensisijaisesti biologisena, psykofyysisenä, rationaalisena, kulttuurisena, esteettisenä, eettisenä ja uskonnollisena olentona. Sosiaalipedagogisessa ajattelussa yhdistyy kaksi länsimaisen ajattelun perinnettä aristotelesmi ja individualismi, jotka luovat keskenään sosiaalipedagogiikkaan kuuluvaa perusjännitettä. Toisaalta hyvä elämän luonne ymmärretään yhteisöllisesti, mutta samalla painottaen yksilön autonomiaa. (Launonen & Puolimatka 1999, 45,48.)

Keskustelu hyvästä elämästä vie matkan suoraan sosiaalipedagogiikan ytimeen. Vertaalla nuorten kanssa käymäni keskustelut liittyivät osaltaan hyvään, tavoittelemisen arvoiseen elämään, josta nuoret kokivat valtavia paineita. He eivät ole ainoita, sillä myös omalla kohdallani olen usein tuumaillut, mitä on hyvä elämä yhteiskunnan silmissä ja vastaako oma käsitykseni, elämäni sitä. Pohdin myös sitä, tarvitseeko yksilön muokautua yhteiskuntaan vai yhteiskunnan yksilöön? Mielestäni tasapainoa tässä ei ole saatutettu ja yksilöltä vaaditaan paljon ajassamme. Itsetuntemus on mielestäni yksi onnen avaimista ja siihen sosiaalipedagoginen ajattelu tähtää. Ohjaajalla voi olla tähän useita työkaluja ja työssäni se on valokuvaus.

Käsite hyvä elämä on jokaiselle omakohtainen kokemus, vaikka yhteiskunta siitä määritelmän peruspilarit rakentaakin. Kallistun työssäni liberaaliin käsitykseen, joka kunnioittaa yksilön oikeuksia ja vapauksia. Jokaisella on oikeus mielestäni määrittää hyvän elämän sisältö itse, mikä on vaikeaa yhteiskunnan luomassa ristipaineessa. Liberaaliin etiikkaan sosiaalipedagogiikassa viittaa tasavertaiseen suhteeseen auttajan ja autettavan välillä. Ydin liberaalissa etiikassa on se, että oma vapaus on riippuvainen toisten vapauden ja subjektiivisuuden arvostamisesta. (Launonen & Puolimatka 1999, 15.) Työssäni tämä ilmenee siten, että osallistujat ovat vapaita määrittelemään itse itseään, koska heillä vain itsellään on oikeus tulkita omia kuviaan ja päättää, missä kuvia saa esittää.

Sosiaalipedagogisen toiminnan päätavoitteet ovat yksilön elämänlaadun, itseohjaavuuden ja yhteiskunnan hyvinvoinnin parantaminen toteavat Launonen & Puolimatka (1999, 10). Sosiaalipedagogiikassa hyvän elämän mallissa pohjana on kyky hallita omaa elämää ja muotoilla siitä yksilöllinen kokonaisuus. Se kuuluu olennaisena osana ihmisarvoiseen elämään. Hyvään elämään katsotaan kuuluvan yksilöllinen arvovalinta sekä osallisuus yhteisöllisestä elämänmuodosta. Yhteisön merkitys nähdään sekä tukena, että peilinä ja henkisenä voimavarana, koska olennainen osa hyvää elämää on jakaa kokemuksia toisten kanssa. Sosiaalipedagoginen malli ei sullo ihmisiä yhteen muottiin vaan antaa tilaa yksilöllisille valinnoille, paikalliselle elämämuodolle ja kulttuurille. (Launonen & Puolimatka 1999, 34, 37.)

Verstaalla ollessani huomasin yhteisöllisyyden, joka vallitsi nuorten kesken. He tuntuivat ymmärtävän toisiaan ja hyväksyvän toisensa, mitä he eivät välttämättä aina ulkomaailmassa saaneet kokea, saatikka yhteiskunnan tasolta. Turvallinen yhteisö rohkaisee, antaa hyvät puitteet toteuttaa itseään ja olla luova. Työssäni Veeran verstaan turvallinen ja luova ilmapiiiri edesauttoi nuoria projektiin osallistumisessa.

Halutessamme päästä yhteiskunnan hyvinvoinnin parantamiseen on lähdettävä liikkeelle yksilöstä ja hänen subjektiivisuuden eli itseohjautuvuuden parantamisesta, joka on työni ydin. Sanalla subjektiivisuus ilmaistaan ihmisen todellisuus, samalla sisältäen ihanteen todellisuudesta. (Launonen & Puolimatka 1999, 15.) Lähtökohtana projektissani on osallistujan subjektiivisuuden vahvistaminen ja sitä kautta se sisältää yhteiskuntaan liittämisen aspektin. Pyrin kytkemään toimintani aina laajempiin liitoksiin, koska yksilön hyvinvointi vaikuttaa myös yhteiskunnan hyvinvointiin. Kytkemällä terapeutin valokuvan menetelmän sosiaalipedagogiikkaan pyrin herättämään osallistujissa tunteita,

jotka käynnistäisivät itsetutkiskeluprosessin, jonka näen tärkeänä minäkuvan rakentumista ajatellen.

Näen työssäni tärkeänä osana toisen kunnioittamisen ja hänen valintojensa tukemisen, työn eettisyyden. Eettinen toiminta auttaa ihmisiä oman elämänsä hallinnassa ja vahvistaa ihmisen luottamusta itseensä, tuottaa samalla yksilölle ja yhteiskunnalle inhimillistä hyötyä. Eettisesti väärin oleva toiminta taas vastavuoroisesti heikentää yksilön autonomiaa, itseohjaavuutta ja yhteisöllinen, yksilöllisen vastuun heikkenemistä esim. alistaminen. (Launonen & Puolimatka 1999, 15.)

3.1 Saksalainen traditio nuorisotyössä

Nostan sosiaalipedagogiikan ajattelusuuntauksista esiin Saksalaisen tradition, koska se mielestäni tuki omia ajatuksiani nuorten/ nuorten aikuisten kanssa toimimisesta.

Saksalainen Herman Nohl (1879–1960) painotti 1920-luvulla sosiaalipedagogiikan suuntautumista ihmisen arkeen. Sosiaalipedagogisessa työssä piti kohdata arjen karu todellisuus ja *epäkohtia vastaan tuli taistella, jotta kaikilla olisi mahdollisuus elämiseen itsenäisinä, luovina ihmisinä*. (Kurki & Hämäläinen 1997, 82.) Nohl kehitti pedagogisen suhteen käsitettä miettiessään keinoja sosiaalisesti sopeutumattomien lasten ja nuorten auttamiseksi. Hänen mukaansa pedagoginen työ ei voi onnistua ilman yksilön itsevastuullisuuden heräämistä ja tämä vaatii pedagogisen suhteen lähtökohdaksi ihmisen subjektiivisuuden ja hänen yksilöllisen elämänsä vahvistamista. Michael Winkler, joka lukeutuu tämän ajan johtaviin sosiaalipedagogiikan teoreetikoihin, sanoo osuvasti sosiaalipedagogiikan perusajatuksen olevan sellaisten elinolojen luominen, jossa ihminen säilyttää subjektiivisuutensa. (Hämäläinen 2000, 17–18, 21).

Minun kokemukseni mukaan verstaalla vallitsi juuri nuoren subjektiivisuutta korostava ilmapiiri. Nuoria ei pakotettu vaan päinvastoin rohkaistiin toimimaan. Halusin myös omassa työskentelyssä luoda samaa. Kaikki oli vapaaehtoista, mutta odotin projektin osallistuneilta sitoutumista tekemiseen. Sitoutumalla itse ja välittämällä uskoin luovani vastavuoroisuutta.

Saksalaisen nuorisotutkimuksen teoreetikon Lothar Bönischin mukaan sosiaalipedagoginen toiminnan tavoite on yksilön sosiaalisen toimintakyvyn palauttaminen silloin kun se on

heikentynyt. Tällöin pedagoginen toiminta on arkeen suuntautunutta. (Hämäläinen 2000, 21). Böhnisch on kehittänyt erityistä nuoruusiän sosiaalipedagogiikan teoriaa, joka kohdistuu lasten ja nuorten elämänhallinnan ja sosialisointin kysymyksiin. Modernin sosiaalipedagogiikan tavoitteena on nuoren sosiaalisen toiminnan palauttaminen ja sellaisen elämänhallintakyvyn rakentaminen, joka luo edellytykset nuoren itsenäisyydelle, persoonalle ja sosiaaliselle integraatiolle. Laiminlyödyt nuoret ovat tällöin keskiössä ja heidän auttamisessaan tarvitaan eri ammattiryhmien yhteistyötä ja verkostoitumista. (Hämäläinen & Kurki 1997, 135–139.)

Böhnisch pitää ”työperiaatteina” omanarvontunnon vahvistamista, arvostamista, ryhmäperiaatetta, ihmisen suuntautumista sosiaaliseen ympäristöönsä, nykyhetken kunnioittamista ja tulevaisuuden paremmaksi tekemistä, paremman elin- ja kasvuympäristön rakentamista ja nuoren elämäkerrallisten edellytysten ja mahdollisuuksien huomioon ottamista. Nuorten elämänhallinnan muotoutumiseen vaikuttavat eniten minäkuvan ja persoonallisuuden muotoutuminen sekä sosiaalinen kehitys (media, kulutus, samankäiskulttuuri). (Hämäläinen & Kurki 1997, 135–139.)

Sosiaalipedagogiikan ydintä on elämänhallinnan ja subjektiivisuuden tukeminen. Tähän sisältyy yksilön toimintakyvyn palauttamista, joka antaa edellytykset yksilön autonomialle ja sosiaaliselle integriteetille. Inhimilliset kasvu- ja oppimisprosessit tapahtuvat arjen keskellä. On mentävä sisälle yksilön arkeen, koska siellä toteutuu elämänhallinta. Sosiaalipedagoginen työ on aina konkreettista toimintaa auttamaan ihmistä hallitsemaan olosuhteitaan. Arkeen suuntautuminen sisältää yksilön kokonaisvaltaisen elämänsä elämisen tarkkailua ja huomio kiinnitetään sosiaaliseen elinpiiriin, tunnistetaan syrjäytymistä aiheuttavia mekanismeja ja mietitään, miten voimavaroja voisi siirtää subjektiivisuuden ja elämänhallinnan tukemiseen. (Hämäläinen 2000, 21.)

Syrjäytymisuhan alla olevien nuorten elämänhallinnan vahvistaminen edellyttää puuttumista elämäntapavalintoihin, mutta se ei saa kuitenkaan olla pakottamista muutokseen. Nuori olisi hyvä saada reflektomaan omia arvoja, elämäänsä ja tähtäyspiste on sisäisessä kehityksessä, persoonassa. Pedagoginen toiminta kiinnittyy yksilön ja yhteiskunnan dialektisen suhteen hahmottamiseen. (Hämäläinen 2000, 22.)

Virallinen toimintajärjestelmä on toisinaan kykenemätön puuttumaan ihmistä syrjäyttäviin mekanismeihin. Emansipatorinen eli vapauttava tiedonintressi tarkoittaa ihmisen

vapautumista perinteen kahleista ja yhteiskunnallisesta pakotuksesta ja käytännössä se on keskittymistä nuorten todellisiin elinoloihin tyytymättä yhteiskunnan järjestyksen ylläpitäjän rooliin, joka luo osaltaan kriittistä suhdetta yhteiskunnan virallisiin auttamisjärjestelmiin. (Hämäläinen 2000, 23.)

Ollessani nuorten työpajalla, mietin miten kovassa ristipaineessa nuoret välillä ovat. He taistelevat kasvukipujensa kanssa matkalla aikuisuuteen. Aikuisuus käsitteenä vaatii paljon yhteiskunnassamme: on oltava yhteiskunnan täysivaltainen tuottava jäsen, joka tarkoittaa esim. hyvää koulutusta, työelämään osallistumista, vastuullista vanhemmuutta, itsensä jatkuvaa kehittämistä. Kulttuurissamme työ pitkälti määrittää asemaa yhteiskunnassa ja näkyi verstaalla paineena ”parempaa elämää” tavoiteltaessa.

3.2 Sosiaalipedagogiset työmuodot

Juha Hämäläisen mukaan (1999,66) sokraattiseen perusajatukseen ihmisen oivaltamisesta voidaan johtaa viimekädessä kaikki sosiaalipedagogiset työmuodot. Sokraattinen ajattelu voidaan ymmärtää dialogisuutena, johon sisältyy toisten ihmisten kohtaamista, vuorovaikutusta ja keskustelua. Itsenäiseksi voi kehittyä vain toisten kautta.

Sosiaalipedagogisessa työssä suositaan luovia työmuotoja ja otetaan käyttöön se kapasiteetti, mikä ihmisellä luonnostaan on eli kaipuu luovuuteen, yhteisöllisyyteen, elämysten pariin. Luova toiminta auttaa syventämään ja jäsentämään itsetuntemusta, selkiyttämään ajatuksia, hahmottamaan elämää, rakentamaan maailmankuvaa. Luovan toiminnan työmuotoina voivat olla esim. kuvataiteet, musiikki, kirjallisuus ja valokuvat/valokuvaus. Rohkeus ei yksin riitä työmuotojen käyttöön otossa vaan pohjana voi toimia oma harrastus, erikoistuminen. (Hämäläinen 1999, 67.)

Sosiaalipedagoginen toiminta perustuu aina dialogisuuteen eli ihmisten väliseen vuorovaikutukseen ja siihen kuuluu olennaisena osana omassa työssäni, että nuoret osallistuvat kaikkiin toimintaprosessin vaiheisiin. Ohjaajana on tärkeää, että toimintani on joustavaa ja mukautuvaa sen hetkiseen tilanteeseen. Projektin aikana on luonnollista, että tilanteet muuttuvat eivätkä asiat suju tietyn kaavan mukaan vaan sen kulkua määräävät siihen osallistuneet. Luonteenomaista sosiaalipedagogiselle toiminnalle ovatkin innovatiivisuus, kyky muutokseen, joustavuus.

Ohjaajana minulla oli tärkeä tehtävä olla nuoren rinnalla koko prosessin ajan. On kunnioitettava nuoren omaa asiantuntijuutta itsestään eikä ajatella hänen puolestaan. Tärkeintä on antautua samaan etsintään, joka ei ole kuitenkaan mahdollista ilman työntekijän omaa itsetuntemusta, koska on tultava toimeen ja kestävä oma epävarmuus asiakkaan epävarmuuden lisäksi liikaa ahdistumatta. Ohjaajana pitää siis hyväksyä oma keskeneräisyys ihmisenä sekä se, että lopputulosta on toisinaan mahdotonta ennustaa.

Toinen tärkeä elementti työskentelyssäni on tuntee kuvallinen prosessi. Itseäni tämä aluksi mietitytti, sillä olin tutustunut aiheeseen vain teoriassa ja luonut sitä kautta kehysten toiminnalleni. Tekniset taidot toki omasinkin, mutta menetelmän kokeileminen jännitti käytännössä. Mietin tilannetta toisaalta myös oppimisprosessin kannalta, koska sitähän tämä minulle ennen kaikkea oli. Tiedostin alusta alkaen vastuun nuorista ja pyrin toiminnallani siihen, että kautta prosessin luottamus säilyisi ja vahvistuisi. Ensiarvoista ohjaajan roolissani oli myös huolehtia osallistujien turvallisuudesta. Kuljettaessa asiakkaan mielenmaisemissa, joissa mahdollisesti on paljon kolhuja, tarvitaan ohjaajalta turvaa ja luottamusta, hyväksyntää.

Työssäni nuorten kanssa otetut kuvat ovat merkki näkyväksi tulemisesta ja ne antavat uuden perspektiivin tarkastella itseään, tehdä oivalluksia. Menetelmää työstäessäni pidin kiinni filosofiastani ”pidä asiat yksinkertaisina”. Kuvien toteutus ei saa olla liian vaikeaa vaan sopivan yksinkertaista, jotta se olisi kaikkien ulottuvilla eivätkä tekniset säädöt veisi liikaa energiaa olennaisesta.

3.3 Dialogisuus sosiaalipedagogisessa työssä

Otan erikseen tarkasteluun dialogisuuden, koska se on keskeinen käsite sosiaalipedagogisissa työssä ja ydintä myös omassa työskentelyssä.

Vastavuoroisuus on elementti, joka kuvaa dialogista vuorovaikutusta, sitä voi myös kuvata subjekti-subjekti suhteella, minä-sinä -suhteena, toiseuden kohtaamisena. (Mönkönen, Nurro, Väisänen 1999, 24). Sosiaalipedagogiassa pyritään usein kasvu ja kehitysprosesseihin, jotka edellyttävät syvää tiedostamista. Vuoropuhelun kautta pyritään saamaan aikaa reflektio, jossa henkilö arvioi omaa tilannetta, tekee tavoitteita, suuntau-

tuu toiminnassa niitten mukaisesti. *Asioiden oikea tiedostaminen tulee ennen toimintaa.* (Launonen & Puolimatka 1999, 35–42.)

Dialogilla tarkoitetaan yhdessä ajattelemisen tilaa: vuorovaikutusta ja kuuntelua. Siinä keskustelijat arvostavat toisiaan ja jokaisen mielipiteet ovat arvokkaita. Dialogi muuttaa keskustelun avoimeksi, kun puolestaan monologi tarkoittaa yksinpuhelua, jossa toista ei kuunnella. Dialogisessa keskustelussa on tärkeää tiedostaa omat ennakkokäsityksensä ja asenteet, varaukset, sillä ne voivat estää vuorovaikutuksen syntymisen. Tämä estää asiakkaan voimavarojen näkemisen ja työntekijä voi menettää toivon omassa työssään. Keskustelun ollessa avointa ei ennakkoluulojen pitäisi pilata yhteistyötä. Asiakas pitäisi nähdä ihmisenä, jolla on oma persoona eikä ryppäänä ongelmia, jotka pitäisi ratkaista nopeasti. Dialogi sisällyttää aidoimmillaan kokemuksen kuuluksi ja ymmärretyksi tulemisesta. (Väisänen & Niemelä & Suua 2009, 15–21.)

On totta ettei dialogia voida koskaan aloittaa puhtaalta pöydältä, koska meillä kaikilla on etukäteisajatuksia toisistamme ja teemme mahdollisia hypoteeseja siitä, mistä on mahdollisesti kyse. Keskustelua tukee työntekijän huolellinen paneutuminen etukäteistietoihin, koska näin työntekijä voi sisäistää tietonsa ja ryhtyä avoimella asenteella keskusteluun. (Väisänen & Niemelä & Suua 2009, 15–21.) Työssäni dialogisuutta pohjusti tutustumisvaihe ennen varsinaisen työskentelyn alkua. Olin aluksi tarkkailijan roolissa ja annoin nuorien tulla itse luokseni.

Dialogissa on tärkeää toisen kunnioittaminen, kuuntelu ja suoraan puhumisen taito. Kuunteleminen muuttaa meitä enemmän kuin puhuminen ja tekee dialogista vastavuoroisen. Kuuntelu on vaikeampaa kuin puhuminen ja usein keskitymme liiaksi itsemme, omaan sisäiseen hälinäämme ennemmin, kun antaisimme tilaa toisen puheelle. Kuuntelemista edistää hiljaa oleminen ja omien ennakkokäsitysten sivuun siirtäminen. Tällöin voi saada kosketuksen myös omaan itseensä. Kunnioittaminen on ihmisten kokemusten alkuperän aktiivista etsintää ja siinä on tärkeää tutustua syvällisesti toiseen rajoja kunnioittaen. Vaikka emme hyväksyisi aina toisen osapuolen mielipiteitä, tekoja emme voi kieltää hänen oikeutustaan olemassaoloonsa. (Väisänen & Niemelä & Suua 2009, 19–23.)

Tunnettu brasilialainen pedagogi Paolo Freire (1921–1997) luonnehtii kirjassaan *Sorrettujen pedagogiikka* dialogisuutta reflektion ja toiminnan vuorovaikutukseksi. Jos toinen

ulottuvuus uhrataan, kärsii toinenkin. Ilman praksista ei ole aitoa sanaa. Praksiksella Freire tarkoittaa toiminnan ja reflektion tasapainoista suhdetta puhuessa. Aidoilla sanoilla on voima muuttaa maailmaa. *Ihmiset eivät kasva hiljaisuudessa, vaan kielessä ja työssä, toiminnan ja reflektion vuorovaikutuksessa.* (Friere, 95–98.)

Freire näkee dialogisuuden luovana toimintana ja yhteytenä niiden välillä, jotka hänen sanoin *nimeävät maailmaa*. Nimeäminen tarkoittaa maailman välittämää yhteyttä ihmisten välillä. Aitoa dialogisuutta ei voi syntyä niitten kesken, jotka ovat vieneet oikeuden puhua ja niitten joilta on viety oikeus puhua. (Friere, 95–98.) Mietin Sorrettujen pedagogiikkaa lukiessani verstaan nuoria ja heidän kokemuksiaan. Kuinka moni onkaan tullut sivuutetuksi, poljetuksi elämänsä aikana. Sama poljenta jatkuu ikävä kyllä monesti vielä viranomaisaholta. Yhteiskunnassamme oleminen ei tunnu olevan itseisarvo, vaan se pitää ansaita olemalla tuottava jäsen.

Dialogin kautta voimme saavuttaa merkityksemme ihmisinä ja dialogi sisältää voiman vapaaseen vuoropuheluun *se on maailman valloittamista ihmisten vapauttamiseksi*. Dialogisuus vaatii toteutuakseen syvän rakkauden maailmaa ja ihmisiä kohtaan. Se on dialogin perusta, sillä itse dialogia ei voi olla ilman nöyryyttä. *Miten voin päästä dialogiin jos pidän aina vaan muita tietämättöminä enkä koskaan näe omaa tietämättömyyttäni.* (Friere, 95–98.) Yritin työskennellessäni nuorten kanssa oppia myös heiltä ja opin paljon olemalla avoin, kuuntelemalla. Vältin turhaa analysointia, sillä meiltä puuttuu röntgenkatse, joka paljastaisi toisen sisimmän.

Freiren kasvatustialogissa korostuu vuorovaikutusten symmetrisyys, jossa kumpikaan ei asetu toista ylemmäksi. Huolimatta dialogisuudesta tuo pedagogiikka suhteeseen aina jonkin verran epäsymmetriaa, jota voidaan kutsua vuorovaikutustietoisuudeksi, sillä ammattilainen orientoituu työssään dialogisesti ja luo rakenteita vuoropuhelulle siihen itse mukaan menen. (Mönkkönen, Nurro, Väisänen 1999, 25.)

4. KUVAN PARANTAVA VOIMA

Miettiessäni aikakauttamme mieleeni nousevat sanat kylmyys, tehokkuus, loogisuus, verbaalisuus, analyttinen ajattelu, yksilökeskeisyys. Painotamme ajassamme rationaalista ajattelua. Oletetaan, että yksilön tulisi luoda yksin identiteettinsä juuret unohtaen, että todellinen identiteetti ei voi syntyä kuitenkaan ilman yhteisöllisyyttä, rakkautta, nähdäksi ja kuulluksi tulemista, toteaa Tommy Hellsten (9-13, 2008) kirjassaan Uhanalainen ihminen.

Yhteiskunnassamme taide on marginalisoitunut pienen ryhmän etuoikeudeksi, johon on suuntauduttava jo varhain. Taide, kuten musiikki ja kuvat tulevat eteemme valmiiksi annettuina, jolloin ne peilaavat jonkun toisen mielenmaisemaa. Vähättelemme omia taitojamme ja annamme niiden tehdä, jotka mielestämme osaavat. Unohdamme, että jokaisella on kyky antaa mielensä maailmalle visuaalinen muoto. Sana ei ole ainoa keino tulla ymmärretyksi, vaan voimme tehdä esim. kuvan avulla näkyväksi itseämme. (Lipsanen-Rogers 2005, 64.)

On hyvä muistaa, että ihmisen varhaisin ajattelu ei ole sanallista ja silti mielen sisällä tapahtuu paljon. Tästä ajattelusta puhutaan nimellä primaariprosessin mukainen -ei kielellinen ajattelu, joka on luonteeltaan visuaalista, symbolista, ei rationaalista. Taide, kuva, ääni ovat tämän kerroksen oma kieli. Tämä ajattelunmuoto on ihmisen ensimmäinen. (Lipsanen-Rogers 2005, 63–64.)

Seuraavaa kehityksen vaihetta kutsutaan sekundaariprosessiksi, jossa mukaan tulee sanallinen, rationaalinen, analyttinen ajattelu. Ennen Freud ajatteli näitten prosessien olevan hienarkisia, siten että sekundaariprosessi korvaisi primääriprosessin. Nykyään on todettu, että ihminen tarvitsee näitä molempia tasapainoiseen elämään ja molemmat ajattelut kehittyvät läpi elämän. *On oltava tilaa sekä kuvalle, että sanalle sekä mielen sisäiselle että itsen ulkopuolelta tulevalle.* Jos arjessamme ei ole tilaa primaariprosessin mukaiselle mielenmaailmalle, se uhkaa mielen tasapainoa. (Lipsanen-Rogers 2005, 63–64.) Voimme vain miettiä rationaalista korostavalla aikakaudellamme, mistä lisääntyvä pahoinvointi tulee. Huomaan itsekin usein oman elämäni ollessa liian rationaalista kaipaavani luovuuden voimien pariin ja mieleni ikään kuin huutaa sitä. Uskon, että jokainen meistä on luova omalla yksilöllisellä tavallaan ja jokaisen tarve on luoda, sillä onhan se sisäänrakennettua miellä kaikilla.

Kuva on ollut kautta ihmisen historian väline työstää sisäistä maailmaamme, kokemuksia, tunteita, suhdetta ympäröivään todellisuuteen. Luomisen prosessi käynnistää dialogin, jonka osapuolina ovat kuvan tekijä, kuva ja katsoja, toteaa taidekasvatuksen professori Anton Ehrenzweig Lontoon yliopistosta. Taiteessa mielen tiedostamaton ja tietoinen osapuoli kohtaavat eikä kaiken tarvitse olla rationaalista. Kuvasta potentiaalisesti terapeutin tekee sen luova prosessi, jossa tekijä antaa visuaalista muotoa syvimmille ajatuksilleen, tunteilleen myös sisäisille konflikteilleen. Sanat voivat toisinaan olla liian vaikeita ja satuttavia, että niitä on mahdoton sanoa ääneen, siksi taide auttaa antamaan hahmot sanoille. (Lipsanen-Rogers 2005, 64–65.)

1990-luvun lopulla tapahtunut valokuvauksen digitalisoituminen on suurimpia murroksia valokuvauksen historiassa, koska sen yleistyessä on kuvaaminen tullut mahdolliseksi kenelle tahansa. Voimme sanoa, että tässä ajassa kuvat ympäröivät meitä kaikkialla. Puhutaan kuvatulvasta, josta erikoisimmat ja kauneimmat kuvat pysäyttävät. Kuvien myötä visuaalinen henkilöhistoria on kaikkien ulottuvilla ja valokuvasta on tullut osa arkipäiväämme, osa minä- ja maalimankuvan luoja. (Mannermaa, 2000.)

Valokuvat ovat mieleemme visuaalisia jalanjälkiä, elämämme peilejä, heijastuksia sydäimestä, pysäytettyjä muistoja, joita voimme syleillä ikuisesti. Valokuvat muistuttavat siitä missä olemme olleet, mutta ne osoittavat myös suunnan minne olemme matkalla, tiesimmepä sitä tai emme. Ne ovat eräänlaisia minäkuviamme heijastaen menneisyyden hetkiä. Valokuvien merkitys ei ole visuaalisessa todellisuudessa vaan siinä, mitä yksityiskohdat herättävät katsojan mielessä ja sydämessä. Katsoja antaa kovalleen merkityksen ja reaktiot valokuvaa katsellessa saattavat paljastaa paljonkin, mikäli osaamme kysyä oikeanlaisia kysymyksiä. (Wieser, 1993, 1.)

Kuva on viestintävälineenä tehokas, sillä se vetoaa näköaistiin, tunteisiin ja älyyn. Kuva katsellessa voi tulvia mieleen muistoja koetusta tai herätä kaipuu tulevaisuuteen. Kuva voi myös herättää pelkoa, ahdistusta, kauhua tai vastaavasti synnyttää iloa, innostaa, synnyttää mielihaluja. Mahdollisuudet kuvan käytössä ovat rajattomat ja siksi valokuvan käytön voi mutkattomasti liittää osaksi sosiaalia. (Laine & Ruishalme & Salervo & Siven & Välimäki 2009, 31, 35.)

4.1 Valokuvaterapia

Valokuvan keksimisen myötä 1800-luvun alussa alettiin miettiä sen identiteettiä. *Keksinnön varhaisiin kehittäjiin kuulunut Sir Wendell Holmes kutsuu valokuvaa osuvin sanoin ”peiliksi, jolla on muisti”*. Peili tarkoittaa tässä yhteydessä valokuvan kykyä heijastaa maailmasta näköinen, tarkka kuva ja muisti taas kuvaa valokuvaajan kykyä säilyttää kuva, joka siihen asti oli onnistunut karkaamaan tekijöittensä käsistä. Näkökulma on muuttunut vuosisata eteenpäin ja 1900-luvun modernin valokuvataiteen teoreetikko John Szarkowski mieltää valokuvan peilaavan enemmän tekijänsä todellisuutta. Nykyään voimme käänellä peiliä siihen suuntaan kuin haluamme. (Salo 2009, 23.)

Valokuvaterapian juuria voimme löytää jo viime vuosisadalta, sillä ensimmäisen kerran valokuvaa käytettiin psykiatriassa vuonna 1856 Englantilaisen psykiatri ja harrastelija-valokuvaaja Diamontin johdolla. Hän kuvasi potilaitaan diagnostisessa ja hoidollisessa mielessä tuodakseen esiin potilaissa tapahtuvia muutoksia. Samassa yhteydessä hän huomasi, että valokuvien katselu on merkityksellistä sekä potilaille, että henkilökunnalle. (Halkola 2009, 13, 14, 15.)

Valokuvaterapeuttinen työ alkoi kansainvälisesti 1970-luvun lopulta. Silloin perustettiin noin kahdensadan psykologin ja terapeutin muodostama verkosto Amerikassa ja Kanadassa. He olivat kiinnostuneita valokuvan käyttöön ihmismielen ja elämäntarinoitten tutkimisessa. Vancouverissa toimiva valokuvaterapia instituutin perustaja ja johtaja, Judy Wieser on alansa pioneereja valokuvaterapian käytössä. Wieser erottaa valokuvaterapiatyön kahteen toimintatasoon: valokuvaterapia ammatillisessa työssä ja terapeuttinen valokuvaus. Suomessa terapian käsite on laaja eivätkä kansainväliset psykoterapeutit, terapeuttisen työn, taideterapian määrittelyt sovi automaattisesti sovellettavaksi suomen oloihin. (Halkola 2009, 13, 14, 15.)

Suomeen valokuvaterapia on rantautunut 1990-luvulla, mutta vasta vuonna 2004 on perustettu oma valokuvaterapia yhdistys Turussa. Sen internet-sivustoilta löytyy määritelmä valokuvaterapiasta: *Valokuvaterapia on valokuvan ja valokuvauksen menetelmällisestä käyttöä psykoterapiassa ja terapeuttisessa työssä*. Valokuvaterapeutti nimikettä ei täällä käytetä, sillä valokuvaterapia ei ole itsenäinen terapiamuoto. (Valokuvaterapiayhdistys 2004.)

Valokuvan suhteesta todellisuuteen on käyty paljon keskustelua, ja varsinkin digitaali-aikana tämä totuus on horjunut. *Kuva voi olla todellisuuden heijastuma, kuva voi peittää ja vääristää todellisuutta, kuva voi peittää todellisuuden poissaolon ja kuva voi olla kantamatta mitään suhdetta todellisuuteen.* Näin on todennut visuaalisen kulttuurin tutkija Janne Seppänen. Kaikesta huolimatta valokuviiin liittyy ”maagista realismia” eletystä elämästä, hetkistä. (Halkola 2009, 55).

VALOKUVATERAPEUTTISTEN MENETELMIEN KÄYTTÖ

	Psykoteraapia	Terapeuttinen työ	Valokuvataide	Valokuvaus itsehoitona
Tavoite	Psykoteraapian hoitosuhteessa määritelty tavoite Valokuva ja valokuvaus osa hoitoa	Asiakassuhteen ja toiminnan tavoite, esim. kuntoutus, psykoedukatiivinen työ, luova toiminta, työhyvinvoinnin edistäminen	Itsensä toteuttaminen, itseilmaisun rikastaminen, taiteellinen ilmaisu	Itsensä tunteminen ja luova ilmaisu
Kuka	Asiakas, potilas, psykoterapeutti	Asiakas/ryhmä, työntekijä; terapeutti, ohjaaja, opettaja jne.	Valokuvataiteilija tai ryhmä, ohjaaja tarvittaessa mukana	Asiasta kiinnostunut henkilö
Miten	Valokuvaterapian menetelmät terapeutin oman psykoterapian työnsä osaamisen yhdistettynä	Valokuvaterapian ja voimauttavan kuvauksen menetelmät työntekijän käytössä osana omaa työtä	Valokuvauksen ja valokuvataiteen menetelmät	Valokuvat ja valokuvaus omien taitojen mukaan
Mitä	Kuvat ovat kokemuksellinen väline psyykkisesti työstettävien asioiden näkyväksi tekemiseen ja prosessoimiseen Tuote ei ole tavoite	Voimauttavat kuvat, kollaasit, albumit etc. osana valokuvaterapeutista prosessia	Valokuvataideteokset	Valokuvan käytön erilaiset ilmaisutavat ja tuotteet omien tarpeitten mukaan

Psykoterapeutti Ulla Halkola on koonnut selkeän ja kattavan taulukon selventämään valokuvaterapeuttien menetelmien käyttöä. (Halkola 2009, 15).

4.2 Terapeutin valokuvauksen vaikutus ja menetelmät

Taideterapiaa voi antaa vain siihen koulutettu terapeutti, mutta kuvaa voivat käyttää myös muut ammattiryhmät sosiaali- ja terveysalalta. Terapeutisesta valokuvasta voidaan puhua silloin, kun sen käyttäjät ovat sosiaali-, kasvatus- ja terveysalan ammattihenkilöitä. Tämä edellyttää kuvan käyttöön perehtyneisyyden ja työskentelylle tulee asettaa terapeutitavoitteet. Sosiaalipedagogisessa viitekehyksessä työskennellessä ohjaaja on rinnalla kulkija, joka etsii yhdessä ohjattavan kanssa keinoja löytää itsensä näköinen hyvä elämä. Kuvallinen työskentely luo hyvät puitteet yhdessä etsimiselle ja löytämiselle. (Halkola 2009, 16.)

Luonteeltaan terapeutinen valokuvaus on ennaltaehkäisevää, hoitavaa ja kuntouttavaa. Valokuvan sovellukset ovat moninaiset sen arkisen luonteen ansiosta, koska se on kaikkien ulottuvilla eikä vaadi teknillistä tai taiteellista osaamista. Ilmaisullisuutensa perustella terapeutinen valokuva voidaankin rinnastaa taideterapioihin. Taideterapia pyrkii samankaltaisiin tavoitteisiin; lisäämään asiakkaan itseymmärrystä luovan ilmaisun apukeinoin ja edesauttaa täten asiakkaan persoonallisuuden kehitystä ja luovuutta sekä antaa välineitä psyykkisestä kriisistä selviytymiseen. (Halkola 2009, 16.)

Valokuvaterapia eroaa kuitenkin kuvataideterapiasta siinä suhteessa, että valokuvaa voidaan käyttää nostamaan esiin unohtuneita ja tukahdutettuja tunteita, kun puolestaan kuvataideterapian painopiste on prosessin käsittely. Ilmiönä valokuvaa voidaan pitää laajempänä kuin kuvataidetta, koska valokuva liittyy jokapäiväiseen elämäämme esim. tiedotukseen, viihdeteollisuuteen, mainontaan ja on siten kaikkialla. Valokuva ja kuvataide eivät kuitenkaan sulje toisiaan pois vaan molempia voidaan halutessa soveltaa yhdessä. Valokuvaterapian etuja ovat sen helppous ja houkuttelevaisuus. (Mannermaa 2000, 70–71.)

Valokuvaterapian tavoitteena on lisätä ihmisen itsetuntemusta, tukea persoonallista kasvua, psyykkistä eheyttä ja lisätä selviytymiskykyä eli arjenhallintaa. Tämä tapahtuu valokuvan ja valokuvauksen avulla. *Kuvan avulla voidaan tavoittaa sellaista mihin sanat eivät yllä, elävöittää muistia ja luoda vaihtoehtoisia tapoja jäsentää elämää.* (Valokuvaterapiayhdistys 2004.)

Terapeuttisessa työssä valokuvaa voi käyttää lukemattomin eri tavoin tilanteesta ja asiakkaasta riippuen. Valokuvaterapian uranuurtaja Judy Wieser on jakanut valokuvaterapian menetelmät viiteen luokkaan. Nämä ovat (1) asiakkaan ottamat ja luomat kuvat, (2) asiakkaasta otetut kuvat, (3) omakuvat (itsestä otetut/symboliset itse otetut kuvat), (4) Perhekuvat tai muut elämäkerralliset kuvat, (5) kuvaprojektiot (kuvan merkitys on kuvan katsojan luoma oma prosessi). (Wieser 1993, 13.)

Valokuvan terapian pioneereiksi tunnustautuvat myös amerikkalaiset David Krauss ja Jerry L. Fryrear. Fryrear on tehnyt myös oman luokituksensa valokuvausterapian menetelmien soveltamiselle. (Halkola, Ulla 2009, 1, 19.) Metafora peili kuvaa hyvin kolmea Kraussin ja Fryerin mainitsemiin valokuvaterapian alueisiin: modeling (poseeraus ja roolien esittäminen kameralle), self confrontation (valokuvassa kohdataan oma itse),

documentation of change (kuvat dokumentoivat muutoksen, joka henkilössä on ajan mittaan tapahtunut). (Salo 2009, 23.)

Käytin myös omassa työssäni hyväkseni rooleja. Nuorilla oli mahdollisuus tuoda esiin kuvien aihe myös valitsemiensa roolien kautta. Minäkuvan myönteiselle kehitykselle on tärkeää saada toimia halutussa roolissa, toiminnassa, koska se auttaa tulevaisuudessa omaksumaan uusia rooleja. Studio on tärkeä roolien toteutuksessa, koska siellä voi rakentaa huolella illuusion, kuvitellun identiteetin ja kuvan merkit ovat siten tarkoituksenmukaisia. Studio on sopivan eristyksissä muusta maailmasta, joka tuo mahdollisuuden tutkia omaa identiteettiä, minää, merkityksen rakentumista. Toisaalta esiin voi tuoda torjuttuja haluja ja fantasioita. (Salo 2009, 24.)

Otan esiin vielä Rosy Martinin, Britannialaisen valokuvaaja-terapeutin. Hän kehitti jo 1980-luvulla Jo Spencen terapeutista menetelmää, jossa tärkeintä on vallan antaminen kuvattavalle. Valokuvaajan tehtävä on antaa kokemus hyväksyvästä katseesta, joka antaa turvan tunteen. Kameran edessä voi ottaa eri rooleja ja elää läpi tuskaisiakin tapahtumia. Martin on vierailut suomessa luennoitsijana ja vetänyt omia valokuvaterapeutisia työpajoja. (Ulkuniemi, 2009.) Projektissani oli vahvasti mukana edellä kuvattu elementti vallan antamisesta kuvattavalle.

4.3 Voimaannuttavan valokuvauksen menetelmä

Voimaannuttavan valokuvauksen menetelmän on kehittänyt taide- ja sosiaalisvattaja Miina Savolainen. Menetelmä yhdistää sosiaalipedagogiikan ja valokuvauksen. Se on terapeutisesti suuntautunut pedagoginen menetelmä, jossa valokuvaa voidaan käyttää yksilön ja erilaisten ryhmien voimaantumisprosessin aikaansaaajana.

Menetelmä perustuu empowerment käsitteen sisältöihin ja käyttäjän pitää tuntea itsemäärättelyn ja tasavertaisuuden lähtökohdat. Keskeinen idea voimaantumisessa on, ettei toista ihmistä voi voimauttaa. *Menetelmän käyttöön ottaminen edellyttää valokuvan arkikäyttöön liittyvän vallankäytön tuntemusta ja sen purkamista.* Menetelmässä tärkeää on näkemisen ja katsomisen tapa eikä pääroolissa ole niinkään valokuvaus vaan prosessin avulla opetellaan dialogista, vastavuoroista tapaa kohdata asiakas, löytämään ja tekemään näkyväksi arkitodellisuudessa piiloon jäävä arvokas, hyvä, merkityksellinen. (Savolainen n.d.)

Kirjassaan *Maailman ihanin tyttö* (2008, 178–180) Savolainen käsittelee itsensä hyväksymisen metaforaa. Hänen mukaansa valokuvalla on poikkeuksellinen kyky korjata nähdyn tulemisen vajetta. Nuoren oma hyväksyvä katse itseään kohtaan on tärkeintä kuvausprosessissa ja Savolainen kutsuu sitä viimeiseksi hyväksyvän katseen viimeiseksi peiliksi. Hän ymmärtää, että omalla lempeällä katseellaan voi korjata lapsuuden menetystä ja antaa sitä kautta mahdollisuuden hyvään elämään sekä itselleen ja läheisilleen. Erilaisten kuvien ja niitten herättämien tunteitten hyväksyminen ja ymmärtäminen luo armollisuutta itseä kohtaan. Valokuvassa voi ankkuroitua siihen tunnenerkitykseen, johon oman hyvinvoinnin kannalta tärkeää, vaikka toisten sanat pettäisivät.

Halusin ottaa esiin tämän menetelmän, koska se on vaikuttanut innostavana elementtinä työssäni. Muistan, kun näin Savolaisen haastattelun televisiossa muutama vuosi takaperin ja mielessäni käväisi ajatus siitä, että tuota minäkin haluan tehdä, tuo on minun juttuni!

Haastattelin syksyllä Veeran verstaan valokuvauksen opettajaa, Kirsti Laurinollia hänen kokemuksistaan valokuvan terapeuttisuuteen liittyen. Laurinollila on myös käynyt voimauttavan valokuvauksen koulutuksen työnsä ohessa ja soveltaa menetelmää verstaalla mm. albumityöskentelyn merkeissä. Alun perin, kun Laurinolli alkoi opettaa verstaalla, ei puhuttu voimaannuttavasta valokuvasta. Hän kokee, että työskentelyssä olivat silloinkin mukana terapeuttiset elementit, joita kuvastavat ihmistä lähellä olevat aiheet esim. äitini, minä olen, kotini, läheinen ihminen. Aiheitten kautta on ollut tärkeä pohtia suhdetta itseensä tai johonkin läheiseen. Kameran käytön ja valokuvan ”kielen” (eli mitä kameralla voi saada aikaan) opetteluun jälkeen on kuvattu toisia yhteisellä kuvausretkellä. (Laurinolli, 2010.)

Tekniikan opettelu on ollut tärkeä osa opetusta, koska se antaa turvallisuuden tunnetta kuvatessa. Verstaalla käytetään mv-kuvausta johon kuuluu kameran käytön opettelusta kuvien käsin vedostamiseen pimiöllä, koska tekniikan opettelu vie aikaa se opettaa omalta osaltaan pitkäjännitteisyyttä nuorille. Prosessi saattaa kestää tekniikan opettelusta valmiiksi vedostettuihin kuviin koko verstaajakson ajan. Lopputulos projektista on ollut näyttely tai esim. postikorttisarja. On tärkeää saattaa asia konkreettisesti valmiiksi ja se tuo omalta osaltaan myös voimaa.

Prosessiin kuuluvat tärkeänä myös pinnakkaisten katselu (pinnakkaisista näkyy kaikki filmille kuvatut ruudut). *Se on julma ja paljastava tilanne, koska kaikki virheet tulevat esille, mutta myös onnistumiset.* (Laurinolli, 2010.)

Laurinollin menetelmänä on ollut etsiä hyvät, ihanat kuvat virheitten sijaan, joita on lähdetty työstämään kuviksi. Jos nuori on halunnut itse tietää epäonnistuneista kuvista, mikä meni vikaan, niin silloin Laurinolli on neuvonut. *Kuvien katsomiseen kuuluu myös valitsemisen opettelu ja on menty koko ajan kohti jäävuoren huippua, joka on näyttely.* Nuoret ovat olleet aina Laurinollin sanojen mukaan hyvin ylpeitä näyttelystä samoin kun hän itse. (Laurinolli, 2010.)

4.4 Nähdyksi ja kuulluksi tuleminen

Ihmisen vuorovaikutuksen perusasioita ovat nähdyksi, kuulluksi tuleminen ja se on myös syvin tarpeemme, koska synnymme persooniksi sitä mukaa, kun tulemme nähdyksi. Tämän pohjalla on tarve tulla rakastetuksi. (Halkola 2009, 54, 55).

Kasvot ja katse ovat avainasemassa ihmisten välissä sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Vuorovaikutustilanteessa saamme tietoa muiden ihmisten mielentiloista, aikeista, asenteista tarkkailemalla kasvonilmeitä, asentoja, liikkeitä, katseensuuntaa ja se herättää meissä myötäelämistä, ymmärtämisen tunteen. Tämä kaikki tapahtuu näköaistimme avulla ja sen myötä meillä on mahdollisuus reagoida toisen liikkeisiin ja tunnetiloihin. Edellä mainittua kutsutaan peilisoluteoriaksi ja sen keksivät italialaiset aivotutkijat Giacomo Rizzolatti ja Vittorio Gallese. 1990-luvulla he löysivät toiminnallisen magneettikuvauksen aikana ihmisen aivoista ”matkimisen elementit”. (Halkola 2009, 54, 55).

Suomalainen skitsofreniatutkija ja psykoanalyttikko Yrjö Alasen mukaan peilisolujärjestelmän kehittymiseen *eivät vaikuta pelkästään geneettisen tekijät vaan erityisen voimakkaasti myös lapsen suhteessa lähimpiin kokemat vuorovaikutuselämykset.* (Halkola 2009, 54, 55). Tätä puoltaa sanonta, että ihminen kasvaa ihmiseksi yhdessä toistan kanssa ja varhaisilla vuorovaikutussuhteilla on merkitystä ihmisenä kasvuun, siihen miten kommunikoidaan ja tulkitaan muita omien kokemusien valossa.

Jo varhaisen vuorovaikutuksen tutkimuksissa tiedetään, että vauvan aivojen hienorakenteiden kehitystä edistää vanhemman ja lapsen välillä tapahtuva turvallinen ja toistuva

hoivakokemus. Vanhemman johdonmukaisuus ja herkkyyt edistävät hyvää kiintymyssuhdetta ja vaikutus on kahdensuuntainen. Vanhempi käyttää mukautuessaan lapsen tunteisiin äänen sävyjä, ilmeitä, eleitä ja lapsi puolestaan saa kosketuksen tunteisiinsa ja kykyyn ilmaista itseään oppiessaan vanhemmalta ihmisten välistä viestintää. (Väisänen & Niemelä & Suua 2009, 26.)

Inhimilliset piirteet esim. kyky matkia, miltä toisesta tuntuu, sekä erilaiset intuitiiviset kyvyt liittyvät peilineuroneihin. Peilisolut ovat yhteydessä empatia taitoihin, jotka ovat tärkeitä vuorovaikutustyössä. Mentalisaatiokyvyllä tarkoitetaan peilisolujen psykologista puolta tarkoittaen ominaisuutta, jonka ansiosta ihminen pystyy pohtimaan kokemuksia ja tunnetiloja, arvostamaan niitä itsessä sekä muissa ennakkoiden, kuvitellen toisen mielenliikkeitä ja käyttäytymistä. (Väisänen & Niemelä & Suua 2009, 26.)

Peruskysymyksiä elämässä on ihmisen suhde toisiin. Kun lapsuudessa saa riittävää eläytyvää tukea se auttaa luomaan itsearvostusta, itsen ja toisiin voi luottaa. Jos puolestaan lapsuudesta lähtien on suhtauduttu varauksellisesti ja kielteisesti vaikuttaa se suoraan itseluottamukseen ja kykyyn luottaa toisiin. Tällaisen ihmisen voi olla vaikea päästää toista lähelle ja epäluottamus toisiin jatkuu vielä aikuisenakin. (Hermansson 2008.)

Projektin aikana huomasin, miten merkittävää nuorille oli nähdä ja kuulla tuleminen. Se näkyi hämmennyksenä, jännityksenä, ahdistuksena, epävarmuutena kuvausprosessien aikana. Moni oli otettu ajasta, jonka käytin heidän kanssaan kuunnellen ja keskustellen. *Miten jaksat nähdä näin paljon vaivaa kuvieni eteen*, sanoi eräs kuvattavista ja vastasin, että tämä oli minullekin tosi tärkeää. *Oli vaikeaa tulla kameran eteen, mutta olen onnellinen, että uskalsin*, totesi yksi kuvattavista jälkepäin. Kuvaustilanteessa oli tärkeä mennä nuoren ehdoilla ja varata aikaa kuvaukseen. Kuvasin silloin, kun se nuorelle itse sopi.

Kuvaustilanteessa oli tärkeää, että kuvattava luottaa kuvaajaan. Luottamus ei synny hetkessä ja työssäni oli tärkeää pohjusta tätä luottamusta tutustumalla kuvattaviin ennen kuin edes ehdotin kuvausprojektiani. Heittäytyessä kameran eteen joutuu sietämään epävarmuutta, koska ei juuri kuvaamisen hetkellä tiedä miltä näyttää. Kuvaajan hyväksyvä katse on edellytys kuvaustilanteessa, koska se on edellytys voimaantumisen tunteen syntymiselle. Terapeuttinen valokuvaus voi toimia eheyttäjänä ja auttaa katsomaan

itseään lempeämmin, vaikka ei olisi saanut kokea sitä lapsuudessa. (Savolainen 2009, 218.)

Kuvaajan on kuvaustilanteessa suostuttava hyväksymään se, ettei hän voi tuntea toisen ihmisen tarpeita vaan hänen antauduttava läsnä olevaan dialogiseen vuorovaikutukseen. Hetkeen latautuu kuvattavan kokemushistoria, joka vaikuttaa tilanteeseen ja kuvaajan on tärkeä tiedostaa tämä. Kuvattava ei näe kuvaustilanteessa itseään eikä siten voi olla varma millaisena kuvaaja rakentaa hänet kuvaan, siksi kuvaustilanteeseen liittyy epävarmuutta ja ahdistuneisuutta. Kuvattava voi pelätä paljastumista, joka tarkoittaa kuvattavan pelkoa siitä, että hänet nähdään vääränlaisena tai kuvat paljastavat sellaista, jota ei ole valmis itse näkemään tai näyttämään muille. Kuvattava voi myös pelätä häpeän paljastumista kuvan kautta, siksi kuvattavan on tärkeä luottaa, ettei kuvaaja käytä hänen luottamustaan väärin. (Savolainen 2009, 218.)

Valokuvaterapiassa olennaista on tarkastella ihmisen olemista juuri kasvojenilmeiden ja tunteitten kautta. Valokuvien katsominen mahdollistaa myötäelämisen ja herättää tunteet ja täten valokuvat voivat toimia sosiaalisen vuorovaikutuksen ja tunteitten tunnistamisen apuvälineenä. (Halkola 2009, 54, 55).

5. PROSESSIN KUVAUS

Prosessi lähti liikkeelle aiheen miettimisellä, jota pohdin Veeran verstaan ideologian näkökulmasta. Poimin toistuvan sanan voima, joka esiintyy useassa asiayhteydessä. *Veeran Verstas – nuorten taidepaja antaa hengähdyspaikan etsiä arjessa koettua onnellisuutta ja kätkeytyä voimavaroja. Nuoren tekemä tuotos on hänen itsensä tai hänen tavoitteensa vertauskuva.* (Veeran verstas 2010).

Harjoittelu ohjaajani ja verstaan perustaja Eeva Kejonen ei aluksi ymmärtänyt, mitä tarkoitin ja haen sanalla voima ja miten se liittyisi projektiin. Hän koki käsitteen liian abstraktiksi ja kuluneeksi, mitä se varmasti osaltaan onkin. Oli hyvä, että hän haastoi minut perustelemaan aihevalintaani ja teki sen entistäkin selymmäksi. Selitin hänellä valintaani voima sanan moniulotteisuudella ja sillä, miten se jättää jokaiselle tulkinnanvaraa: verstaalla jokainen etsii omia voimavarojaan yksin ja yhdessä muitten kanssa. Toisilla on voimavaroja enemmän ja toisilla vähemmän ja niistä ei välttämättä aina olla itsekkään tietoisia. Uskon, että meissä jokaisessa on voima, vaikka se voi olla piilevä ja vaikeasti tunnistettava. Kerroin Kejoselle, että näkökulmastani ihminen jolta puuttuu kokonaan voima, on kuollut, eloton. Ajattelin aiheen olevan ajankohtainen, sillä verstas jakso päättyä monilla pian ja siinä voisi kiteyttää, mitä verstaan aikana on sisäistetty.

Tarkoituksenani on myös haastaa nuoret aiheellani, sillä en halua aliarvioida kenenkään ymmärrystä. Toisaalta sana voima on abstrakti sana ja antaa paljon tulkinnan vapautta. Sanan tarkoitus on jokaiselle omakohtainen. Aiheen ollessa ns. itsestäänselvyys ei prosessi mielestäni välttämättä kantaisi hedelmää niin paljon. Oppimisprosessini kannalta on mielestäni tärkeä saada toteuttaa työ omien suunnitelmieni pohjalta ja havainnoida suunnitelmien onnistumista käytännössä.

Koin hyväksi haasteeksi ennen kuin esittelisin nuorille aiheeni mieltä omalla kohdallani, mikä on voimani ja mistä sitä saan, miten ilmennän sen kuviin. Oma perehtyminen aiheeseen on tärkeä elementti ohjaajana, koska minun tulee osata perustella toimintani.

Projektiin osallistuneet nuoret luonnehtivat omaa voimaansa:

Voima on jotain, jota on välttämättä oltava jokaisessa elävässä olennossa edes hivenen. Kun voima on kokonaan loppuu, niin silloin elämä lakkaa.

Voima tarkoittaa minulle fyysisen voiman lisäksi henkistä voimaa. Henkinen voima on se, että on täysin oma itsensä tehdessään asioita. Täytyy tehdä asioita, joista juuri itse saa voimaa, ja jättää asioita tekemättä jos ne vain kuluttavat voimavaroja.

Voima sanana edustaa minulle voimaa itsessäni. Voimaa saan yhteisöllisyydestä, poikaystävästäni, meditoimisesta, lukemisesta, kirjoittamisesta sekä matkustamisesta. Täydennän voimavarojani mielestäni liian harvoin ja se saa oloni turhautuneeksi. Voimaa vievät negatiiviset ihmiset, kiire, kaaos ja oma epävarmuuteni.

Voima sana tarkoittaa minulle sisäistä vahvuutta ja voimaa minulle antavat ystävät, perhe ja positiivisuus. Voimaani vievät turhautuneisuus, tylsyys ja vastoinkäymiset.

Virtauksessa on voimani. Ajattelun luovuus ja spontaanius tuovat minulle vapauden tunteen ja tunnen itseni vahvaksi.

Voima sana tarkoittaa minulle sisäistä vahvuutta ja voimaa minulle antavat ystävät, perhe ja positiivisuus. Voimaani vievät turhautuneisuus, tylsyys ja vastoinkäymiset.

5.1 Prosessin kuvaus

Projektin aikajana 7.1–5.3.2010

Tutustuminen 7.1–3.2.2010.	Alkutilanne 4.2.2010 (projektin esittely, tavoite, aikataulu).	Projektin toteutus 8.2–5.3.2010	Näyttely 8-12.3.2010.
---	---	--	--

Työssäni ensiarvoisen tärkeää on ollut tutustumisvaihe, koska silloin luodaan luottamus, kuva toisesta ihmisestä. Se muodostaa pohjan yhteistyölle. Ilman luottamista työskentely ei onnistu tarkoituksenmukaisesti, sillä luottamus antaa turvaa ja varmuutta tekemiselle. Annoin nuorien tulla tutustumaan ensin minuun enkä ns. tyrkyttänyt seuraani.

Useat nuorista olivat lähellä omaa ikääni ja senkin vuoksi koin heidän maailmansa läheiseksi. Keskityin paljon kuuntelemiseen ja tarkkailuun, ns. avoimena olemiseen.

Lähestymistapani nuoriin verstaalla on ollut lempeä ja toverillinen ihminen ihmiselle periaatteella. Se sointuu minulle parhaiten, sillä uskon siihen, että kuuntelemalla, arvioimalla ja olemalla avoin saavuttaa parhaan yhteyden. Käytin aikaa tutustumiseen kuukauden, ennen kuin uskalsin ehdottaa valokuva-projektiani. Halusin, että siinä ajassa nuoret oppivat tuntemaan minut ja päättää luottavatko minuun ja haluavatko osallistua.

Helmikuun alussa minulle oli järjestetty lukujärjestyksessä tilaa projektin esittelylle ja keräsin paikalla olevat nuoret luokkatilaan kuuntelemaan. Kun aloitin kertomalla aiheesta, kysyin ensimmäiseksi: mitä ymmärrätte sanalla voima? vastaukseksi sain ”*se voi olla psyykkistä mielenvoimaa, se voi olla fyysistä voimaa*” suuriosa istui kuitenkin hiljaa ja odotti hieman hämmentyneen oloisina jatkoa. Olin itsekkin jännittynyt uudesta tilanteesta ja sen ennalta arvaamattomasta luonteesta. Pysin olemaan puhuessani selkeä ja johdonmukainen. Tueksi sanomisilleni olin kirjoittanut tekstin, missä avaan käsitettä voima (liite1.). Jaoin paperit jokaiselle nuorelle. Ja he saivat tutustua rauhassa tekstiin ennen kuin jatkoin puhumista.

Apunani tilanteessa toimi myös PowerPoint-esitys, jossa oli omakohtaisia kuviani teemaan liittyen (liite2.). Kerroin kuvia ja tekstiä apuna käyttäen, mitä voima on minussa ja miten se näkyy. Ajatuksena on havainnollistaa ja selkeyttää asiaa, tuoda aihe koskettavaksi ja näkyväksi. Mietin, että jos minä olisin valmis avaamaan heille palan itsestäni, niin vastavuoroisesti se voisi synnyttää halua avautua minulle. Halusin myös näyttää jotakin konkreettista, jotta aihe voisi avautua vieläkin enemmän. Tiedostin tilanteeseen liittyvän riskin. Näyttäessäni nuorille omia ottamia kuviani he saattaisivat ajatella/verrata itseään minuun, että heidän pitäisi pystyä teknillisesti samankaltaiseen jälkeen. Yritin kuitenkin moneen kertaan painottaa, että tärkeintä kuvissa on sisältö, eikä kenenkään tarvitse olla ammattilainen.

Vastaanotto kertoessani projektista oli myönteinen, ehkä hieman utelias ja jännittynytkin. Sain nuoret kuuntelemaan itseäni, mitä pidin positiivisena, koska huomion saaminen ei ole aina itsestään selvyys. Tein selväksi ja korostin useaan otteeseen, että he saavat päättää toteuttamistavan itse ja heillä oli kaikki valta tilanteessa. Koin tärkeänä antaa nuorille aikaa sulatella projektia muutaman päivän ajan, että he saisivat harkita asiaa

rauhassa ja lähtevät mukaan vaan omasta tahdostaan. Vasta ensiviikon alussa palaisin asiaan kysymällä, ketkä osallistuvat.

Seuraavalla viikolla yllätyin, sillä miltei kaikki verstaan nuoret olivat innokkaita osallistumaan ja mieleeni nousi huolen häivähdys siitä, miten ehtisin toteuttaa kuvaukset ja suunnittelun jokaisen kanssa erikseen. Toisaalta nuorilla oli menossa niin paljon muitakin keskeneräisiä töitä ja aika oli rajallinen, joten ajattelin että vasta tekemisen kautta näen osallistujien todellisen lukumäärän. Jaoin kaikille halukkaille osallistujille toiset perehdytys paperit, missä he saivat selkeyttää toiveitaan kuvien suhteen (liite3.) ja sovimme vielä uudestaan, että ne jotka haluavat osallistua palauttaisivat paperin täytettynä päivän päätteeksi.

Kahdeksan nuorta palautti minulle suunnitelmansa sinä päivänä ja heidän kanssaan lähtisin viemään projektia eteenpäin. Suunnitelmia läpi käydessäni kävi ilmi, että melkein kaikki haluaisivat olla kuvattavana ja vain yksi halusi kuvata yksin. Mietin teinkö sitenkin virheen näyttäessäni kuviani, mutta toisaalta oli hienoa ja rohkeaa olla valmis astumaan kameran eteen. Suunnitelmat oli tärkeä lukea läpi ennen kuvauksia, koska sen pohjalta lähtisimme toteuttamaan niitä ja minulla olisi jo etukäteen kuva siitä, mitä nuori halusi ja miten pystyisin sen toteuttamaan nuoren kanssa, miten paljon aikaa olisi hyvä varata tilanteelle. Ehdotin nuorille jo tässä vaiheessa, että kuvausten jälkeen olisi mukava käydä kuvat ryhmässä läpi ja puhuen, kirjoittaen prosessoida kuvaa läpi. Se tuntui sopivan.

5.2 Kuvaustilanne

Kuvaustilanteessa oli olennaisinta riisua valta-asetelma, mikä liittyy perinteiseen valokuvaukseen. Perinteisessä valokuvauksessa kuvaaja on se joka päättää, miten kuvattava nähdään, kun taas nyt kuvattavat saavat päättää miten he haluavat tulla nähdyksi, kuvatuiksi. Nuoret ovat myös itse niitä henkilöitä, jotka tulkitsevan oman tuotoksensa merkityksiä. Tähän liittyy sosiaalipedagogiikan käsite empowerment, joka tarkoittaa lyhyesti sisäistä voimantunnetta, voimaantumista. Juha Siitosen mukaan *voimaantumisteorian keskeisenä ajatuksena on se, että voimaantuminen lähtee ihmisestä itsestään. Se on henkilökohtainen ja sosiaalinen prosessi, eikä voimaa voi antaa toiselle.* (Siitonen 1999, 6).

Kuvaus-menetelmässä on vahvasti läsnä sosiaalipedagoginen näkökulma subjektiivisuuden vahvistamisesta. Keskeistä sosiaalipedagogisessa työssä on auttaa ihmisiä itseapuuun ja tuottaa sitä kautta riittävää subjektiivutta. Monet, jotka kamppailevat sosiaalisten ongelmien kanssa on puutteellinen kyky nähdä oma subjektiivisuus, kyky tarttua omiin asioihin, muuttaa niitä. Subjektiivisuus voidaan ymmärtää ihmisen itsetoteutuksena, itsenäisyytenä, vastuunottamisena, moraalina, oman elämänsä vaikuttamisena ja kehittämisenä. Yhteiskunnallisessa kontekstissa se voidaan nähdä tietoisuutena yhteiskunnan jäsenyydestä, osallisuudesta. Se on myös valmiuksia toimia yhdessä muitten kanssa. (Hämäläinen 1999, 61, 62.)

Työskentelyprosessissa oli tärkeä tarjota nuorelle kuulluksi ja nähdyksi tulemisen kokemus turvallisissa puitteissa. Prosessi työssäni oli vähintään yhtä tärkeä, ellei tärkeämpi kuin tuotos, koska valokuvaus ei ole automaattisesti terapeutista. Jokaisen nuoren kohdalla prosessi on ollut yksilöllinen ja täten merkitykset, prosessin kautta nousseet tunteet ovat olleet uniikkeja. Merkityksellistä prosessissa voi olla myös se, että se oli hauska toteuttaa, vaikka kuva ei herättäisikään siinä hetkessä suurempia tunteita. Merkitykset voivat myös nousta esiin myöhemmin, kun kuvaan palataan yhä uudelleen.

Useimmat projektissa mukana olevat halusivat tulla kuvattavaksi verstaalla. Eräs osallistujista halusi ottaa kuvat itsenäisesti ja kerroin, että kuvien viimeinen palautus olisi 1.3.2010, koska silloin kävisin teettämässä ne. Hän epäröi osaisiko kuvata hienosti, mutta selitin kertaalleen, että kuvien sisällöllä olisi suurin merkitys. Rakensin kuvaustilanteita varten kotistudion verstaalle. Olin hankkinut kaksi taustaa: mustan ja valkoisen, joista kuvattavat saisivat päättää kumpaa haluavat käyttää vai kuvaisimmeko muualla. Sovin kuvattavien kanssa aikataulut ja ennen kuvaustilannetta pyrin keskustelemaan vielä yhteisesti suunnitelmia apuna käyttäen.

Terapeuttisuuden edellytys työskentelyssä on luoda tila, jossa asiakkaan on helppo työskennellä ilman ulkoisia ärsykeitä sekä arkojen tilanteiden myötä yksityisyyden suoja kasvaa, joten tilan olisi hyvä olla ns. turvallinen tuttu paikka. Dialogisuuden synnylle tämä on myös ehdoton edellytys ja tässä ohjaajalla on tärkeä rooli kunnioittaa asiakkaan tarvetta tulla kuulluksi (Lipsanen-Rogers 2009, 65, 67.)

Olin varannut verstaan luokkatilan kuvauspaikaksi pyrkien järjestämään ettei tilaan tulut muita keskeyttämään. Tämä oli toisinaan mahdotonta, koska kuvaukset kiinnostivat

kovasti muita nuoria ja he saattoivat kurkistella oven raosta, mikä varmasti osaltaan haittasi keskittymistä. Yritin tehdä selväksi sen, että kuvaustilanteessa on oleellista, että läsnä ovat vain kuvaaja ja kuvattava.

Viikonloppu oli otollisempi aika kuvata verstaan tiloissa, koska paikalla ei ollut muita, kun minä ja kuvattavat. Suurimmalle osalle nuorista viikonloppu ei kuitenkaan ollut mahdollisuus, koska he halusivat keskittyä omiin menoihinsa. Pidin kiinni periaatteesta eli kuvasin silloin, kun se nuorelle itse sopi. Verstaas kuvausympäristönä oli nuorille tuttu ja turvallinen ehkä helppokin valinta. Mietin, että jos meillä olisi ollut mahdollisuus tuntea pitempään olisivatko kuvauspaikat muuttuneet?

Kuvaustilanteessa pyrin tarkkailemaan nuorta ja tunnustelemaan, mitä hän halusi. Toiset ilmaisivat itseään suoraan: esimerkiksi missä asennossa haluaa tulla kuvatuksi ja toiset olivat hyvinkin epävarmoja siitä, miten olla. Tähän auttoi vaan riittävä aika, mahdolliset tauot ja keskustelu nuoren kanssa. Yritin usein rohkaista sanomalla, että meillä kaikilla on tapana olla kovin kriittinen itseä kohtaan ja lempeästi katsominen vaatii aikaa ja harjoittelua. Lisäsin, että olen varma että kuvista löytyy onnistuneita otoksia, joita voi katsoa hymy huulilla. Ujoimmatkin kuvattavat rentoutuivat yleensä kuvausten loppupuolella ja se näkyi kuvissa. Oli hienoa nähdä sädehtivän utelias ilme nuoren kasvoilla, kun hän katseli kuviaan. Koin tämän suurena onnistumisena.

Kuva työskentelyssä on tärkeää, että kuvat ovat suojattuja muitten katseilta eikä niitä pidä näyttää ilman asianosaisen lupaa. Osallistujien pitää olla varma siitä, että heidän kuviaan kohdellaan kunnioittavasti. (Lipsanen-Rogers 2009, 67.) Pyrin säilyttämään osallistujien kuvia koneellani, omissa kansioissa ettei niihin pääse käsiksi muut kuin minä ja osallistujat. Nuori sai myös kuvat itselleen kotiin. Sovimme myös erikseen kellenelle kuvia saa näyttää, koska esim. oma harjoitteluohjaajani oli kiinnostunut näkemään kuvat.

Jokaista kuvausta yhdistivät tietyt elementit, joita vaaditaan terapeutin kokemuksen aikaan saamiseksi. Kuvattavat saivat päättää kaiken itse ja sen kuinka paljon he tarvitsivat apuani. Tuin enemmän niitä, jotka sitä tarvitsivat ja yritin pysyä taka-alalla silloin, kun se oli tarpeen. Toimin nuoren hyväksyvänä peilinä ja yritin elein, ilmein ja sanoin viestittää kuvaustilanteessa vallan olevan nuorella ja että hän olisi näkyvä, arvokas ih-

minen silmissäni. Kuvausten jälkeen vain nuorilla itsellään oli oikeus omiin kuviinsa ja valta päättää halusiko jakaa niitä toisten kanssa.

Nuorten kokemuksia kuvauksista:

Kuvattavana oleminen tuntui yllättävän vaivattomalta ja helpolta. Keskityin tekemiseen – maalaamiseen. Olen omimmillani kuvassa. Kun teen jotain omaa juttua – unohdan tavallaan kameran. Sekin helpotti, kun olin selin kameraan eikä kuvassa ole pelkästään minä vaan tärkeässä roolissa on pensseli, maalaus pohja ja värit.

Kuvassa maalaus on kesken. Sekin on tärkeää. Tykkään, kun saan tuijotella keskeneräisiä töitani ja antaa ajatuksen virrata.

Kuvien purkaminen ryhmässä oli hyvä ja mukava idea. Sai kuulla, mitä muut ajattelivat omasta voimastaan. Samalla tajusin oman voimani ja sen, että kaikkien voima on erilaista! Se on lohdullista ja tämänkin loppupohdinta on ehdottoman tärkeä! Kuvaa ei vain heitä pois vaan tietoisuus ja ymmärrys itsestä lisääntyy, kun valokuvausprosessia miettii tarkemmin.

Kuvan katseleminen tuntuu levolliselta ja turvalliselta. Valokuva on erinomainen keino itsetuntemuksen lisäämiseen. Kuvatessa voi jäsentää helposti ajatuksiaan.

Valokuvaus on voimauttavaa ja uskon sen kehittävän itsetuntemusta. Tämä valokuvausprojekti oli tosi mukava. Oli mahtavaa, kun verstaalla ei ollut paljoa porukkaa ja saimme hoitaa kuvaushomman rauhassa.

Valokuvaus auttaa pääsemään esiin turhista peloista. Ryhmässä keskustelu oli hyvä. Koin prosessin jälkeen hyväksyväni itseni paremmin.

Kuvat ilmentävät huumoria, joka on tärkeä osa elämääni. Minulle kuvien ottaminen oli kova paikka uskaltautua kameran eteen, mutta tein sen.

Kuvien purku olisi hyvä tehdä kaikin mahdollisin tavoin, jotta niistä saisi eniten irti. Itsenäinen kirjoittaminen ohjaajan kanssa, keskustelu ja ryhmäpohdinta toivat kaikki uusia näkökulmia kuvien tulkintaan. Koin prosessin mielenkiintoiseksi!

Olen tyytyväinen otettuihin kuviin. Ne tuovat hymyn huulilleni eli lopputulos on toivottu: nämä kuvat antavat minulle voimaa. Ohjaus oli onnistunutta ja monipuolista.

Valokuvaus on mielestäni loistava tapa kehittää itsetuntemusta. Kuvassa näkee itsensä objektiivisemmin ja on helpompi tarkastella itseään ja sitä mitä on halunnut kuvan kautta välittää.

Kuvat ilmentävät voimaani taianomaisella tavalla; saan irrottautua arjesta ja olla hetken aikaa ihan jossain muualla. Minulle on helppoa katsella kuvia sillä näen itsenä näissä kuvissa kauniina kaunista taustaa vasten. Kuvat auttavat muistamaan minua, miten paljon minussa on hyvää sisäisesti ja ulkoisesti. Se on antoisaa. Kuvien ottaminen oli mukavaa, minulla oli varma olo (kuvaajan ansiota!) ja selkeä näkemys millaisia otoksia halusin.

Koin prosessin miellyttävänä. Toisaalta se ei antanut minulle itsestäni mitään uutta tietoa, sillä aihetta on tullut pohdittua monesti itsenäisesti. Tietenkin olisin voinut käyttää ajan paremmin ja pohtia aihetta syvällisemmin.

Mielestäni valokuvausta voi käyttää kehittämään itsetuntemusta. Tässä tehtävässä piti tosissaan miettiä mistä saa voimaa ja mistä ei. Se on varmasti hyväksi kaikille

Ottamieni kuvien katselu tuntuu hyvältä. ne muistuttavat asioista, joista saan voimaa. Aihe oli hyvä ja pienen miettimisen jälkeen se tuntui helpolta. Vaikeampaa oli taas saada oma idea kuviksi.

5.3 Voimakuvien katselu

Kävin teetättämässä nuorten valitsevat kuvat, että ne olisivat konkreettisesti esillä keskustelussa. Tarkoituksena oli käydä kaikkien osallistuneitten kuvat läpi jokaisen kertoessa vuorollaan omasta kuvastaan. Olin laatinut valmiiksi kysymyksiä (liite4.), mitä kävisimme läpi ja kirjoitustehtävän, jonka tekisimme lopuksi. Kirjoittamisessa ajatuksenani on se, että keskustelussa ei välttämättä tule esille kaikki ajatukset ja kaikkea ei halua välttämättä jakaa toisten kanssa. Kirjoittaminen on myös toisille väylä ilmaista itseään paremmin.

Kaiken kaikkiaan projektiin osallistuneita oli kahdeksan ja heistä viisi tuli paikalle reflektioon. Voimakuvien katselu oli merkitty nuorilla lukujärjestykseen ja olin siitä heille myös erikseen maininnut. Olin jo mielessäni arvellut, etteivät kaikki saavu erinäisistä syistä johtuen, mutta olisi toki ollut vieläkin rikkaampaa saada kaikki paikalle. Kysymys on kuitenkin myös mielestäni siitä, minkä kokee tärkeäksi. Tässäkin nuori sai valita haluaako tulla paikalle vai ei, sillä en usko pakottamiseen vaan vapaaehtoisuuteen.

Pajalla nuorten kiinnostus asioihin vaihtelee päivittäin ja toisinaan muut huolet voittavat ja vievät energian. Kysymys on mielestäni myös vapauden ja vastuun kietoutumisesta toisiinsa. Se on ristiriidassa välillä, koska aina ei vapaus synnytä vastuuta. Monilta puuttuu kyky ottaa vastuuta itsestä ja muista, tämä näkyy välinpitämättömyytenä. Ehkä elämässä ei ole tarvinnut koskaan olla vastuullinen ja muut ihmiset ovat pettäneet lupaukset

Olin onnellinen heistä, jotka tulivat paikalle. En halunnut nauhoittaa keskusteluumme siitä syystä, että se olisi muuttanut tilannetta eikä keskustelu olisi välttämättä ollut niin avoin ja vapautunut. Toki se olisi hyödyttänyt työtäni, mutta koen että rennolla ilmapiirillä saan enemmän irti itselleni ja nuorille. Aloitin keskustelun kiittämällä kaikkia projektissa mukana olijoita ja jaoin kaikille omat kuvansa, antaen aikaa kuvien tarkastelulle. Luokan valtasi hetkeksi puheensorina ja nuoret esittelivät kuviaan toisille. Kerroin kaikille, että jokainen kertoo omasta kuvastaan, miten se kuvastaa kuvattavan voimaa ja miten koki kuvausprosessin; mikä oli vaikeinta, mikä helpointa ja miltä lopputulos vaikutti.

Ensimmäisenä aloitti Maria (nimi muutettu). Hänellä oli kuvissaan mukana vahvasti fantasiaa teema. Hän kertoi, että saa voimaa saduista, unista ja halusi tuoda sen kuvissaan esiin. Itse kuvausta hän piti mukava kokemuksena ja kameran edessä oleminen oli hänelle ennestään tuttua. Hän kiitteli myös, että oli helppo olla kameran edessä, koska oli hyvä ohjaaja. Lopputulosta Maria piti onnistuneena minulle tuli varmempi olo menetelmän toimivuudesta.

Seuraavana vuorossa oli Minna (nimi muutettu). Hän oli itse ottanut kuvat, joista toinen oli kuva tenniksen pelaamisesta ja toisessa oli kädet pitämässä toisiaan kiinni. Minna kertoi saavansa voimaa arkipäivän asioista, joista kuvat ilmensivät harrastusta ja läheisiä. Hän kertoi, että koki aiheen miettimisen aluksi vaikeaksi, mutta ajatusten selkiyty-

essä kaikki olikin yksinkertaista ja asiat olivat itsestään selvyiksi, eikä hän siten kokenut tekevänsä uusia oivalluksia. Pidin Minnan kuvista, koska ne olivat, arkisia, selkeitä ja hän halusi toteuttaa projektin itsenäisesti. Minna epäili aluksi haluaako hän näyttää kuvia muille, koska ne eivät tuntuneet hienoilta. Marian esityksestä rohkaistuneena hän kuitenkin päätti, että haluaa jakaa kuvansa meille.

Tiina ja Anne (nimet muutettu) tulivat seuraavana vuoroon ja he esiintyivät kuvissa yhdessä teeman ollessa ihminen syö zombia. *Vaikeinta oli tulla kameran eteen ja olen onnellinen, että uskalsin*, aloittaa Tiina. Tyttöjen ottamillaan rooleilla oli vapauttava vaikutus kameran edessä ja oli hauska nähdä kuvauksissa, miten he silminnähden eläytyivät rooleihinsa. Tiina kertoo kuvien ilmentävän huumoria, jonka hän kokee voimavarakseen. Anne oli aluksi epävarma ilmentävätkö kuvat hänen voimaansa, sillä idea oli Tiinan. Toisaalta Anne toteaa, että kuvat voisivat ilmentää kaksijakoisuutta hänen olemuksessaan. Tytöt sanovat olevansa tosi tyytyväisiä lopputulokseen ja kuvat naurattavat heitä kovasti. Tärkeintä oli, että tytöt saivat tuoda oman ilmaisunsa näkyville ajattelematta muitten mielipiteistä.

Viimeisenä vuorossa oli Kiia (nimi muutettu). Kuvassa hän istuu selin kameraan ja maalaa taulua. Kiia halusi kuviin graafisuuden tuntua, värit ja pinta, sivellin olivat pääosassa. Hän nimesi omaksi voimakseen herkkyyden, lapsenomaisuuden. Kuvauksen hän koki mukavaksi ja helpoksi, vaikkei ollut varma lopputuloksesta eli millaiselta kuva näyttäisi valmiina. Hän oli silminnähden tyytyväinen kuvaansa ja koki sen sanojensa mukaan ”omakseen”.

Keskustelimme yhteensä melkein tunnin ja lopuksi oli aika kirjoittaa omia tuntemuksia prosessiin liittyen paperille. Aikaa kirjoittamiselle annoin tunnin ja tarvittaessa enemmän. Toiset nuorista kirjoittivat lyhyen aikaa ja toisilta vierähti miettimiseen yli tunti. He palauttivat yksitellen paperit minulle ja lopuksi keräsin kaikki vielä yhteiseen luokahuoneeseen, kiitin osallistumisesta ja kysyin haluaisivatko he kuvat verstaan loppunäyttelyyn esille. Ideaa ehdotti ohjaajani Eeva Kejonen. Kaikille paitsi yhdelle nuorista se sopi ja sovimme, että halukkaiden kuvat tulevat näyttelyyn. Näyttelystä muodostui tärkeä päätös projektille. Oli suurta rohkeutta, että he pystyivät katsomaan kuviaan niin hyväksyvästi, että uskalsivat jakaa ne yleisölle. Koin tämän onnistuneeksi lopuksi projektille. Olimme sopineet nuorten kanssa, että saan julkaista voimakuvat päättötyöni yhteydessä.

5.4 Näyttely

Kävimme yhdessä nuorten kanssa teetättämässä kuvista suurennokset näyttelyyn. He saivat valita kuvasarjastaan yhden mielestään parhaimman kuvan näyttelyyn. Samana päivänä, kun saimme kuvat, liimasin ne taustoihin kiinni ja seuraavana päivänä vein kuvat näyttelytilaamme kirkkokadulle. Mietin hyvää paikkaa kuville yhdessä nuorten kanssa ja asian ratkaisi ohjaajani Eeva Kejonen, koska hänellä oli paljon kokemusta näytteille asettamista. Päätimme kiinnittää kuvat nuorten kanssa yhdessä juhlatilan keskellä oleviin pylväisiin, jossa niillä olisi näkyvä paikka. Osa halusi kiinnittää omat kuvansa itse.

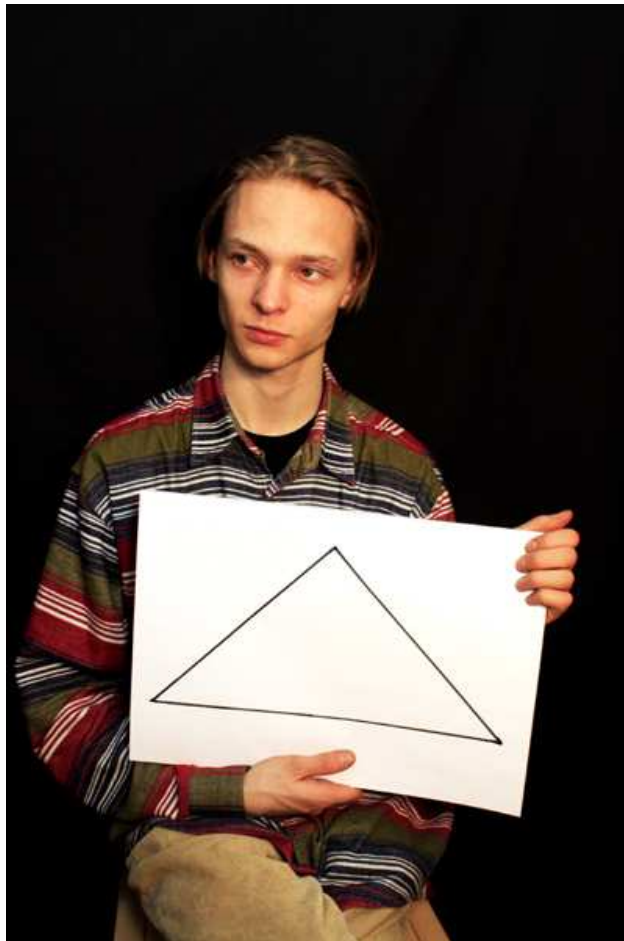
Näyttelyä varten kirjoitin projektin esittelytekstin (liite5.) johon liitin myös oman kuvani ja aiheen tiimoilta tekemäni runon (liite 6.) Emme laittaneet esiintyjien nimiä kuviin, koska esittelytekstistä käy ilmi aiheen luonne. Nuoret saivat itse kertoa läheisilleen, mitä kuva pitää sisällään. Laittaessamme kuvia esille yksi verstaan nuorista kysyi ehtisikö hän vielä mukaan, sillä jos hän olisi tiennyt kuvista tulevan tuollaisia, niin olisi hänkin halunnut osallistua. Minusta hän olikin osallistunut omalla tavallaan kertoessaan verstaalla minulle, missä hän haluaisi ottaa kuvat ja mikä oli tarina sen takana. Hän epäroï kuitenkin toteuttamista pitkään ja aika tuli vastaan. Osa taas harmitteli, etteivät muiden kiireitten takia olleet päässeet mukaan.

Minua ovat omalta osaltaan voimauttaneet nuorten reaktiot ja kiinnostus projektia kohtaan. He ovat ottaneet minut avosylin vastaan ja toivon, että he ovat kokeneet minun puoleltani samoin. Myös heidän tekemänsä oivallukset ovat lämmittäneet suuresti ja sitä kautta he ovat antaneet myös minulle voiman tunnetta. Näyttely avattiin yleisölle maanantaina 8.3.2010, juuri kuin harjoitteluni loppui sitä edeltävänä perjantaina. Sovimme, että nuoret saavat itselleen muistoksi näyttelyyn vedostetut suurennokset.

Voimakuvat







6. JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyöni antaa rohkaisevia, inspiroivia tuloksia terapeuttisen valokuvan menetelmän soveltuvuudesta sosionomin työvälineenä nuorten taidetyöpajalla. Sosionomin ammattitaito ja erikoistuminen valokuvaukseen mahdollistaa mielestäni menetelmän terapeuttisen käytön.

Täytyy muistaa, että sosiaalialalla teemme töitä myös suurelta osin omalla persoonallamme ja sillä on myös kiistaton vaikutus onnistumisen kannalta. Omassa työskentelytavassani korostin kuuntelua ja tarvittaessa rohkaisin ja pyrin olemaan vahvasti läsnä tilanteessa. Tapani suhtautua kanssaihmiisiin on rauhallinen ja tilaa antava, pyrin löytämään jokaisesta asiakkaasta ainutlaatuisuutta, mitä rohkaisen tuomaan esiin. Luulen, että nuorten osallistumiseen vaikutti paljolti oma syvä kiinnostukseni projektiin, nuoriin. Me ihmiset olemme toistemme peilejä ja positiiviseen heijastus saa yleensä aikaan positiivisen reaktion.

Kun tunsin terapeuttisen valokuvauksen sovellukset, käytin niitä vastaamaan työpaja nuorten tarpeita annetun aikataulun puitteissa. Soveltaminen noudatti sosiaalipedagogiikan käytäntöä menemällä nuorten arkeen, noudattamalla dialogisuutta keskusteluissa, korostamalla nuorten omaa päätösvaltaa, subjektiivisuutta. Terapeuttisesta valokuvauksesta nostin esiin hyväksyvän katseen ja nähdyksi, kuulluksi tulemisen merkityksen. Tarkoitus oli antaa kokemus joka sisälsi voimauttavia elementtejä. Aiheen valinta liittyi työpajan filosofiaan ja kytki sen täten käytäntöön. Vaikka annoin aiheen ja raamit työlle tekivät nuoret siitä omannäköisensä ja lopputulosta oli mahdotonta ennustaa. Kuvia katsellessa varmasti näkee sen, että jokainen on tulkinut aihetta omalla tavallaan, mikä toi antoisuutta. Siinä piileekin osa projektin viehtymystä ja kiintoisuutta. Kuva todellakin paljastaa kuvattavastaan, jotain mitä pelkästään sanoin voi olla vaikea tavoittaa.

Prosessissa oli ensiarvoisen tärkeää määritellä sen tavoitteet toiminnalle. Tavoitteena oli saada nuori prosessoimaan itseään kuvien kautta ja se, että nuori kokisi prosessin positiivisena. Tätä tuki hyvä perehdyttäminen projektiin ja sen vapaaehtoisuus. Nuoret saivat olla mukana kaikissa projektin vaiheissa ja loppua täydensi yhteinen keskustelu ja kuvien jakaminen. Ilman luottamusta projekti olisi tuskin onnistunut tai tuottanut terapeuttisiä elementtejä. Luottamusta oli pohjistanut tutustumiseni nuoriin ja osallistumiseni verstaan toimintaan ennen projektin ehdottamista.

Menetelmään liittyy tiettyjä reunaehtoja, jotka liittyvät sosionomin työnkuvaan ja nuoren hyvinvointiin ja jaksamiseen. Oli ymmärrettävä oma rajallisuutensa ja vastuu, mikä liittyi mielenmaisemien herättelemiseen. Korostin prosessin aikana, että minulle voitiin juttelemaan koska tahansa ja prosessin, verstasjakson jälkeenkin minuun voitiin vapaasti ottaa yhteyttä. Facebook on myös paljon auttanut yhteydenpitoa, sillä se on madaltanut kynnystä vaihtaa kuulumia ja kommentoida prosessin jälkeen.

6.1 Menetelmän soveltaminen

Terapeuttisen valokuvauksen käyttö antoi minulle omakohtaista todistusta menetelmän toimivuudesta nuorten taidetyöpajalaisten kanssa. Koen, että menetelmää voi soveltaa melkein mihin yhteisöön tahansa, kunhan tietyt ehdot toiminnalle täyttyvät.

Ohjaajan luova työote ja mielikuvituksen käyttö antavat siivet osaamiselle, mutta on oltava myös vastuullinen ja tiedostettava ryhmän tarpeet ja oma osaaminen. Ohjaajan on omattava oikea työkalupakki, joka pitää sisällään innostuneisuuden, rohkeuden, sitoutuneisuuden ja perehtymisen esim. valokuvaukseen (tehtävästä riippuen ei välttämätöntä). Ohjaajalta vaaditaan myös tilannetajua, herkkyyttä kuunnella ja reflektoida ympäristöään.

Suunnittelemiseen kannattaa varata oma aikansa, sillä hyvin tehty taustatyö antaa ohjaajalle varmuutta toimia ja sitä kautta palvelee ryhmää. Työyhteisöllä on tärkeä rooli tukea ohjaajaa ja tarvittaessa auttaa refleктоimaan toimintaa. Menetelmän käytössä yhteisön täytyy olla myös vastaanottavainen ja koin omalla kohdallani, että taidepainotteinen työpaja madalsi nuorten kynnystä osallistua, koska luovat tavat toimia olivat jo ennestään tuttuja. Aika määrää raja-aidat työskentelylle ja kannattaa tarkasti miettiä, mitä on mahdollisuus tehdä annetun ajan puitteissa. Omassa työssäni koin, että aikaa oli liiankin rajallisesti, koska nuorilla oli projektin lisäksi myös pajalla tehtävät työt.

Terapeuttisessa valokuva-työskentelyssä olisi myös tärkeää käydä prosessi henkilökohtaisesti läpi, koska silloin omien kokemusten kautta voi tuntea menetelmän toimivuuden ja sen, mitä menetelmä vaatii toimiakseen. Minulla valokuvien kanssa työskentely on tapahtunut lähinnä itsetutkiskelun kautta ja olen pitkään ilmaissut ajatuksiani ja tunteitani ottamieni kuvien kautta, välillä julkaisten niitä ja siten tuoden sisimmälleni näkyvyyttä.

Soveltaessa menetelmää miettimisen on lähdettävä asiakas-ryhmän tarpeesta, valmiudesta ottaa vastaan. Se mikä toimii toisen ryhmän kanssa, ei välttämättä toimi toisen. Kannatta siis olla korvat höröllä ja ottaa mahdollisesti ryhmäläisetkin mukaan ideoimaan toimintaa. Jokaisen ohjaajan omat ihmiskäsitykset ohjaavat toimintaa ja siksi niihin hyvä perehtyä niihin, kuten minä tätä työtä tehdessä. On hyvä muistaa, että taustalla olevat tekijät antavat näkökulman, joka ei ole kaikenkattava vaan enemmänkin tekijänsä näkemys.

Ohjaajan on myös hyvä perehtyä muihin työhön oleellisesti vaikuttaviin asioihin, esimerkiksi osallistujia miettiessä tutustuin nuorten ikäkausiin liittyviin psykologisiin kehitysprosesseihin. Halusin, että toiminta palvelee kaikkia osallistujia ja sopii niin ikään 18-vuotiaalle kuin 25-vuotiaallekin. Omassa työssäni poimin minuuden etsimisen keskeiseksi osaksi, koska nuoruudessa minuus ei ole vielä saavuttanut ääriviivojaan. (Dunderfelt, 1990, 102–103). Aikuisuuden porteilla painitaan mielikuvien kanssa siitä milaista tulevaisuuden tulisi olla. Mielikuvat kohtaavat todellisuuden ja haastavat nuoren miettimään oman minän ja maailman välistä suhdetta. (Dunderfelt, 1990, 108–109). Valokuvien kautta voimme tarkkailla itseämme uudesta perspektiivistä. Nuori voi miettiä minuuttaan myös teeman voima kautta. Mistä minä saan voimaa, mitä on voima minussa?

Työni antoi minulle kimmokkeen käyttää menetelmää ja sen sovelluksia vastaisuudessa. Haluan innostaa ja rohkaista muitakin sosiaali- ja terveyden alan ammattilaisia ottamaan rohkeasti luovia työkalua käyttöön, sillä se antaa paljon lisävälineitä työskentelyyn. Ihminen on paljon muutakin kuin rationaalinen olento ja tämän päivän maailmassa se on välillä unholassa.

6.2 Tulokset

Nuorten voimaantumista ja itsetuntemuksen kehittymistä projektin aikana on vaikea mitata millään mittarilla, koska kokemukset olivat jokaisen kohdalla niin henkilökohtaisia ja subjektiivisia. Moni nuori viittasi puheessaan, kirjoittamisissaan teksteissä kokeensa projektin voimauttavana, oivaltavana ja opettaneen sen lempeyttä itseä kohtaan. Sekin kertoo mielestäni paljon, että nuoret uskalsivat laittaa kuvat esille näyttelyyn, koska se osoitti kuvien olevan onnistuneita ja mieluisia.

Uskon, että projekti toi nuorille lisävälineitä itsensä tarkasteluun, sillä kuukausi on kovin lyhyt aika itsetuntemuksen kehittymistä ajatellen. Kuvat ovat merkki eletystä ja niitten merkitys voi nousta esiin paljon myöhemminkin, kuin juuri tarkastelu hetkellä. Projekti vahvisti, että valokuvalla on vahva visuaalinen kieli, joka parhaimmillaan aukaisee portin kokemuksiin ja tunteisiin. Kuvat puhuvat puolestaan vaikeistakin asioista sanojen puuttuessa. Kuvat voivat todellakin opettaa katsomaan itseään hyväksyvämmiin ja päättämään irti turhista kahleista, jotka pitelevät meitä.

Vastaus tutkimuskysymykseeni on, että terapeutin valokuvaus voi toimia voimaantumisen välineenä, kun tekijä tuntee menetelmän ja osaa soveltaa sitä kohderyhmän tarpeisiin. Oppia voi kuitenkin vain kokeilemalla ja siksi halusin ottaa haasteen vastaan. Opin myös, että kuuntelun merkitystä ei pidä koskaan väheksyä ja se oli yksi ratkaisevista, eheyttävistä elementeistä myös työssäni. Miten nuori voisi kokea voimaantumisen tunnetta, ellei hän koe tulleen kuulluksi ja nähdyksi?

Tärkeää työssäni oli kokonaisuuden hahmottaminen yksilöstä yhteiskunnassa. Pystyäkseen toimimaan osana yhteiskuntaa on tärkeä tiedostaa itsensä, tutkailla sisimpäänsä. Minäkuva, itsetuntemus on suurin osa elämän hallintaa, joka vaikuttaa kaikkiin elämän osa-alueisiin ja sisältää juuri siksi yhteiskuntaan vaikuttamisen aspektin. Sosionomin työtä ajatellen on juuri merkityksellistä nähdä asioitten yhteys toisiinsa ja sitä kautta muodostaa laajempi kokonaiskuva, koska se selkeyttää päämäärään pääsemistä ja antaa syvällisemmän sisällön toiminnalle.

Toivon, että lukijalle välittyisi työstäni se, että menetelmä on tosiaan kokeilemisen arvoinen ja voi parhaimmillaan auttaa asiakasta hyväksymään itsensä paremmin ja löytämään aarteita sisimmästään.

6.3 Pohdinta

Projektin toteuttamisesta on kulunut tähän päivään mennessä hieman yli puoli vuotta ja minulla on ollut aikaa ottaa etäisyyttä asioihin palaten välillä pohtimaan toimintaani. Voin todellakin sanoa, että opin prosessista valtavasti sekä terapeutin valokuvauksen menetelmästä, että itsestäni ohjaajana. Pohdin projektin jälkeen omaa ammatillisuuttani: missä onnistuin, mitkä ovat vahvuuteni/heikkouteni ja missä voisin tehdä toisin jos nyt saisin kelata aikaa takaperin.

Alun alkaen minulle oli mieluisa haaste tutustua minulle uuteen asiakasryhmään, koska aiemmat kokemukseni rajoittuivat lähinnä vanhuksiin ja kehitysvammaisiin. Koin, että minulle oli helppoa ja luontevaa sulautua osaksi työpajalaisten nuorten ryhmää omaksuen samalla ohjaajan roolin, jossa oli ripaus kaveruutta ja isosiskomaisuutta. Tämä tuli ilmi siinä, että minulla oli kova halu auttaa nuoria, olla läsnä ja samalla ohjata lisäkättä ohjaajalle. Sainkin tilaisuuden ohjata ryhmäkertoja itsenäisesti ja nuoret kysyivät apua työskentelyssä muillakin kerroilla. Minusta alkoi yhä enemmän pajalla ollessani tuntua, että tätä työtä haluaisin tehdä ja koin todellakin ”ahaa” elämyksen siinä, miten yhdistellä aiempia media-assistentti opintojani nykyisen kanssa. Voi siis sanoa, että palasin luovuuden lähteille hapuiluni jälkeen. Minulle sopi hyvin Verstaan vapauden ja vastuun sekoittama miljöö ja tunsin olevani ikään kuin kaltaisteni joukossa, ihmisten jotka kokevat elämää samankaltaisesti.

Alun alkaen olin ajatellut projektin osallistujia määräksi muutaman, koska en tullut ajatelleeksi, että niin moni voisi olla kiinnostunut. Projektia esitellessäni en halunnut karsia ihmisiä, koska en kokenut sitä reiluksi. Ajattelin esitellä projektin siis koko ryhmälle, koska niin ei syntyisi eriarvoisuuden tunnetta. Ehkäpä pienellä porukalla olisin kuitenkin saanut vielä enemmän irti, koska ryhmä olisi ollut helpompi tavoittaa ja keskustelulle olisi jäänyt vielä enemmän tilaa. Tulevaisuutta ajatellen osaan varmasti suhteuttaa ajan paremmin ryhmän kokoon.

Suurin este ja hidaste työskentelylle olivat omat mielen sisäiset muurit, joista yksi kantaa nimeä epävarmuus ja toinen nimeä riittämättömyys. Huomasin muurieni kuitenkin murenevan vähitellen ja tajusin, että minun on uskottava enemmän osaamiseeni, itseeni eikä aina vähätellä tekemisiäni. Se oli osa kasvua, joka tapahtui miltei varkein. Oman epäonnistumisen pelon kohtaaminen ja sen hyväksyminen on vaatinut paljon ja matka

jatkuu edelleen. Aluksi olin hyvinkin epävarma siitä, että saisin nuoria mukaan ja toimisiko menetelmä ollenkaan. Projektin alkua leimasikin epävarmuus, mikä vaihtui varmuudeksi loppua kohden ja tätä tukivat nuorilta saamani rohkaisevat palautteet. Itsevarmuus voi kehittyä vain tehdessä ja tämä prosessi antoi minulle juuri sitä. Omalla persoonalla tekeminen on tärkeä osa toimintaa ja itseään ei kannata yrittää muuttaa miellyttämään muita vaan oppia pikemminkin tiedostamaan paremmin itseä.

Projektia toteuttaessani olisin tarvinnut enemmän tukea ja asiantuntijuutta, koska paikka paikoin tunsin oloni epävarmaksi siitä, että toiminko oikein. Tunsin välillä olevani aika yksin, sillä minulla ei ollut oikein ketään kenelle reflektoida työskentely hetkellä ja juuri se olisi tärkeä osa myös toiminnan eettisyyttäkin ajatellen, koska minulla on voinut jäädä huomaamatta jotain oleellista. Opin siis myös, että aina kaikkea ei ole hyvä tehdä yksin, sillä siihen minulla on ollut taipumusta tekemisissäni ja se on osaltaan näkynyt opinnäytetyötäni kirjoittaessa. Pitää rohkeasti pyytää ja suorastaan vaatia palautetta, apua, koska se auttaa kehittymään ja kasvamaan ammattilaisena.

Teoria osuus tukee mielestäni työssäni kuvaamaani toimintaa ja antaa sille ikään kuin jalat, jolla seisoa. Tieto antaa juuret ja juuret kasvattavat taimen ja taimi tarvitsee ravinteita kasvaakseen täyteen kukoistukseensa.

Olosuhteet ja oman osaamiseni huomioon ottaen onnistuin mielestäni hyvin ja ensi kerralle minulla on vielä enemmän eväitä taskussa. Haaveenani tulevaisuudessa olisi opiskella lisää terapeuttisen valokuvauksen menetelmiä ja käyttää niitä osana sosionomin työtä, koska uskon, että sille on yhä enenevässä määrin tilausta vastapainottamaan yhteiskunnan rationaalista puolta. Olen saanut itselleni tämän työn myötä enemmän lisäpontta sille, että luovuus on portti kohti parempaa itsensä ymmärtämistä.

Tämän kirjoittamani runon tein aiheen tiimoilta:

Rohkeutta on olla, pysähtyä, kuunnella itseään, hyväksyä oma keskeneräisyys, kasvaa siinä, löytää voima itsestä.

LÄHTEET

Freire, Paolo 2005. Sorrettujen pedagogiikka. Gumerruksen kirjapaino Oy, Jyväskylä.

Halkola, Ulla & Mannermaa, Lauri & Koffert, Tarja & Koulu, Leena 2009. Valokuvan terapeuttinen voima. Kustannus Oy Duodecim, Helsinki.

Heikkilä, Tuula (toim.) & Paloheimo, Leena & Taipale, Ilkka 2000. Mieli ja Taide. Printway Oy, Vantaa.

Hellsten, Tommy 2008. Uhananalainen ihminen. Kotimaa-Yhtiöt Oy/Kirjapaja, Helsinki.

Hermansson, Elina 2008. Varhainen vuorovaikutus ja itsetunnon kehittyminen. Luettu 4.8.2010. <http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=lok00035>

Hämäläinen, Juha 1999. Johdatus sosiaalipedagogiikkaan. Kopijyvä, Kuopio.

Hämäläinen, Juha & Kurki, Leena 1997. Sosiaalipedagogiikka. WSOY kirjapainoyksikkö, Porvoo.

Hämäläinen, Juha 2000. Sosiaalipedagoginen strategia koulutuksesta ja työstä syrjääntyneiden ja syrjääntymisuhan alla elävien nuorten auttamiseksi. Kuopion Kaupungin painatuskeskus, Kuopio.

Kurki, Leena 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Laine, Anne & Ruishalme, Outi & Salervo Pirjo & Siven, Tuula & Välimäki, Päivi 2009. Opi ja ohjaa sosiaali- ja terveysalalla. WSOY oppimateriaalit Oy, Helsinki.

Laurinolli, Kirsti 2010. Freelancer-valokuvaaja. Nuorten taidetyöpaja Veeran verstaas, Oulu. 12.9.2010

Maarit, Lipsanen-Rogers 2005. Teoksessa Ranne, Kaarina & Sankari, Anne & Rauhiainen-Valo Tuula & Ruusunen, Tuula (toim.). Sosiaalipedagoginen ammatillisuus – Madsenin kukasta tulppaaniksi. SPOY Satakunnan painotuote Oy, Kokemäki.

Mannermaa, Lauri 2000. Teoksessa Heikkilä, Tuula (toim.) & Paloheimo, Leena & Taipale, Ilkka 2000. Mieli ja taide. Printway Oy, Vantaa.

Median maailma, historiaa. Luettu 5.3.2010.
<http://www2.edu.fi/medianmaailma/kehitys/valokuva_historia.html>

Metsämuuronen, Jari (toim). 2006. Laadullisen tutkimuksen käsikirja. Gumerrus Kirjapaino Oy, Jyväskylä.

Mönkkönen, Kaarina & Nurro Marjukka & Väisänen Raija 1999. Sosiaalipedagogiikan käytännön sovelluksia. Kuopion yliopiston painatuskeskus, Kuopio.

Nuorisoasiainkeskus, 2010. Nuorten työpajatoiminta. Luettu 20.9.2010.
<http://www.ouka.fi/nuoriso/tyopajat2/index.html>

Ranne, Kaarina & Sankari, Anne & Rauhiainen-Valo Tuula & Ruusunen, Tuula (toim.) 2005. Sosiaalipedagoginen ammatillisuus –Madsenin kukasta tulppaaniksi. SPOY Satakunnan painotuote Oy, Kokemäki.

Salo, Merja 2009. Teoksessa Halkola, Ulla & Mannermaa, Lauri & Koffert, Tarja & Koulu, Leena 2009. Valokuvan terapeutinen voima. Kustannus Oy Duodecim, Helsinki.

Savolainen, Miina. Voimaannuttavan valokuvan menetelmä. Luettu 15.8.2010.
<<http://www.voimauttavavalokuva.net/menetelma.htm>>

Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian perusteitten hahmottelua. OULU UNIVERSITY LIBRARY 1999. Luettu 2.9.2010
<<http://herkules.oulu.fi/isbn951425340X/isbn951425340X.pdf>>

Suomen Valokuvaterapiayhdistys r.y. Luettu 10.3.2010.
<<http://www.valokuvaterapiayhdistys.net/yhdistys/>>

Turun yliopiston verkkolehti, 2008. Valokuvan parantava voima. Luettu 30.10.2010.
<<http://www.utuonline.fi/sisalto/ajankohtaista/Valokuvaterapiakonferenssi08.html>>

Työpajatieto, 2010. Lainsäädäntö. Luettu 20.9.2010.
<http://www.yhdistystieto.fi/tyopajatieto/mita_on_sosiaalinen_tyollistamin/lainsaadanto/>

Ulkuniemi, Seija 2009. Tulla nähdä ja kuulla. Luettu 20.9.2010.
<<http://www.katse.org/?page=27&cat=&p=831f9feac6c30ef01f05300a89968f29>>

Veeran verstaas, 2009. Veeran verstaas –nuorten taidepaja. Luettu 5.3.2010.
<<http://www.veeranverstaas.fi/>>

Väisänen, Leena & Niemelä, Mika & Suua, Pirkko 2009. Sanat työssä: Vuorovaikutus ammattitaitona. Vammalan kirjapaino Oy, Sastamala.

Wieser Judy 1993. PhotoTherapy Technigues. JOSSEY-BASS PUBLISHERS, San Francisco.

Mitä voima on minussa, miten se näkyy?

Mistä saan voimaa?

Mikä on voimapaikkasi?

...haluaisitko siirtää voimasi näkyväksi kuvaan?

Voima voi olla luonteeltaan henkistä, kehoallista, sosiaalista, rooleihin sidottua, ympäristöstä kumpuavaa. Voimaa on kaikkialla ja kaiken takana. Sen voimme nähdä tarkastellessamme ympäristöämme, luonnon kiertokulkua, ajatuksiamme, kehoamme. Jokaisessa meissä asuu voima ja se voi olla näkyvää tai kätkeytyä sisällämme ja aina emme ole itsekkään tietoisia voimastamme.

Kohtaamme elämässämme paljon erilaisia vaatimuksia ja toisinaan ne ovat ristiriidassa omien toiveittemme kanssa, se saa meidät välillä uupumaan ja kadottamaan itsemme. Tarvitsemme voimaa jaksaksemme eteenpäin, tullaksemme itseksemme.

Tämän verstan jakson aikana olet ehkä miettinyt ja etsinyt omaa voimaasi, ottanut aikaa itsellesi.

Voisit miettiä miten haluat tuoda voimasi esille kuviin esim. pukeutumalla roolivaatteisiin tai esiintymällä vain itsenäsi tai kuvata haluamallasi tavalla. Kuvauspaikkana voi olla studio (mahdollisuuksien mukaan) tai jokin sinun valitsemasi paikka, ideoi mukana! Voit päättää, haluatko kuvia itsestäsi vai haluatko itse kuvata tai molempia. ...ei ole yhtä oikeaa lopputulosta vaan jokainen voi pysähtyä miettimään, mikä toimii kohdallani.

Olen suunnitellut, että kuvaisimme digitaalisesti ja jos kuvankäsittely kiinnostaa niin siihen on mahdollisuus. Teetän myös valitsemasi kuvat muistoksi sinulle ja sinä saat päättää, haluatko jakaa kuvat toisten kanssa vaan pitää ne vaan itselläsi. Mahdollisuutena on myös koostaa kuvistanne kollaasi, joka olisi esillä juhlatiikolla, mutta sinä päätät ja keskustellaan yhdessä.

Olisi myös mukavaa käydä kuvat lopuksi yhdessä läpi (sinun suostumuksellasi) ja keskustella, mitä ajatuksia, tunteita prosessi herätti. Se olisi myös arvokasta tietoa minulle opinnäytetyöhöni liittyen.

Teen opinnäytetyötäni siitä, miten voin sosiaalialan työssäni hyödyntää valokuvaa, valokuvausta työvälineenä. Olen kiinnostunut valokuvan terapeuttisesta ja itsehoidollisesta vaikutuksesta, koska olen huomannut jo omankin harrastukseni kautta valokuvauksen olevan hyvä keino purkaa, tuoda esiin tunteita, joille ei ole aina sopivia sanoja tai sanat löytyvät helpommin kuvan kautta.

Kuvat ovat myös esteettinen elämys, muisto ja niihin voi eläytyä ja palata yhä uudelleen vuosien jälkeen ja tuntea. Kuvat ovat jälki koetusta ja eletystä.

Liite 2. Projektin esittely



Mitä voima on minussa, miten se näkyy?

Mistä saan voimaa?

Mikä on voimapaikkasi?

...haluaisitko siirtää voimasi näkyväksi kuvaan?

1. Miten haluat toteuttaa kuvaamisen (yksin, yhdessä)?
2. Haluatko itse esiintyä kuvissa vai havainnoida muulla tavoin?
3. Millaista apua, neuvoja tarvitsisit kuvauksen onnistumiseen?
4. Onko sinulla omaa digitaalista kameraa käytössäsi vai tarvitsisitko lainaan?
5. Onko sinulle tärkeää, että kuvaukset toteutuvat verastas aikana 9-15 vai olisitko valmis kuvaamaan sen ajan ulkopuolella?
6. Muuta? (ajatuksiasi, ideoita, mietteitä yms.)

Tulkaa vaan rohkeasti kysymään apua ja autan mielelläni kuvauksissa myös verastas ajan ulkopuolella! Käytössäni on auto, joten olen valmis kuljettamaan sillä paikkoihin, jossa haluat kuvata. Omistan myös kamerajalustan, jota voi lainata vapaasti (jalusta on hyvä jos haluat kuvata pitkällä valotusajalla tai myös omakuviin yms.)

Aikatauluna kuvauksille on varattu helmikuu ja maaliskuun ensimmäinen viikko. Haluan jättää aikaa myös kokemusten jakamiselle yhdessä tai erikseen kanssani (niin kuin sinusta hyvältä tuntuu).

Kiitän sinua jo etukäteen ja toivon kuvausten olevan antoisa kokemus. Tärkeintä on, että teet sen itseäsi varten.

Pohdittavaa, tunteuksia kuvausten jälkeen

- Mitä sana voima tarkoittaa sinulle?
- Mitkä asiat antavat sinulle voimaa?
- Mitkä asiat vievät voimaasi?

- Miten kuva/kuvat, jotka otit/otimme ilmentävät voimaasi?
- Miltä tuntuu katsella kuvaa (esim. mikä vaikeinta ja antoisinta)?
- Miltä kuvien ottaminen tuntui, millaisia tunteuksia kuvaus herätti?
- Mitä ajattelit kuvien aiheesta voima (helppo, vaikea yms.)?
- Voiko valokuvausta käyttää mielestäsi kehittämään itsetuntemusta?
- Miten kuvat olisi ollut hyvä purkaa (ryhmässä, kahdestaan ohjaajan kanssa yms.)?
- Ajatuksia, miten koit tämän prosessin?
- Saako kuvaasi esittää, käyttää opinnäytetyön yhteydessä?

Näitä kysymyksiä hyödyntäen kirjoita omaa pohdintaa aiheesta. Pohdintasi on minulle kullan arvoista ja toivon sen antavan sinulle myös oivalluksia. Käytän vastauksia opinnäytetyössäni enkä julkaise mitään kenenkään oikealla nimellä vaan tarkoitus on, että pysyt anonymina. Kiitän sinua vaivan näöstäsi ja panostuksestasi projektiini. Saatan ottaa sinuun vielä yhteyttä haastattelun merkeissä.

Voimakuva-projekti

On olemassa sanonta, että *kuva kertoo enemmän kuin tuhat sanaa*. Kuva rikastuttaa aisteja; nähdessäni kasvojen ilmeen, kehon asennon, tunnelman, värien sävyt, ihmisen haurauden kaikessa peittelemättömyydessään. Valokuva voi ilmaista kätkeytyjä tunteita tehden haavoittuvaksi ja paljaaksi, mutta samalla se rohkaisee katsomaan, näkemään, tulemaan nähdyksi, tekemään oivalluksia.

Opiskelen Sosionomiksi Kemi-Tornion ammattikorkeakoulussa viimeistä vuottani ja kirjoitan opinnäytetyötäni siitä, miten voin sosiaalialalla hyödyntää valokuvaa, valokuvausta työvälineenä. Olen kiinnostunut erityisesti valokuvan terapeuttisesta ja itsehoidollisesta vaikutuksesta, koska olen huomannut jo omankin harrastukseni kautta valokuvauksen olevan hyvä keino purkaa, tuoda esiin tunteita, joille ei ole aina sopivia sanoja tai sanat löytyvät helpommin kuvan kautta.

Kuvat ovat myös esteettinen elämys, muisto ja niihin voi eläytyä ja palata yhä uudelleen vuosien jälkeen ja tuntea. Kuvat ovat jälki koetusta ja eletystä.


Voima voi olla luonteeltaan henkistä, kehollista, sosiaalista, rooleihin sidottua, ympäristöstä kumpuavaa. Voimaa on kaikkialla ja kaiken takana. Sen voimme nähdä tarkastellessamme ympäristöämme, luonnon kiertokulkua, ajatuksiamme, kehoamme.

Valitsin kuvien aiheeksi teeman voima, koska se mielestäni kuvastaa Veeran verstaan ydintä; Verstaalle voi tulla omana itsenään, olla, etsiä omia voimavaroja yhdessä toisten kanssa. Voima on käsitteenä paljon puhuttu ja käytetty, joka jättää kuitenkin sijaa omalle tulkinnalle: mitä se tarkoittaa kohdallani?

Projektin tarkoitus on tuoda näkyville jotain sellaista, mitä sanoin voi olla vaikea selittää. Kuva pukee sanat näkyviksi ja samoin voima on helpompi käsitellä kuvan kautta. Sanat löytyvät helpommin kuvaa katsottaessa ja siten kuva voi toimia itsetuntemusta edistävänä elementtinä.

Haluan kiittää lämpimästi kaikkia työhöni osallistuneita, jotka antoivat aiheelle sävyt, sisällön. Kiehtovaa, ja antoisaa on ollut nähdä jokaisen oma tulkinta ja kädenjälki aiheen tiimoilta.

Anna-Maria Kiiskinen



Rohkeutta on olla,
pysähtyä,
kuunnella itseään,
hyväksyä oma keskeneräisyys,
kasvaa siinä,
löytää voima itsestä.